Table of Contents

□□□□□□ 1

□□□□□□ □□

□□□□□□ 3

□□□□□□ 4

□□□□□□ 5

□□□□□□ 6

□□□□□□ 7

□□□□□□ 8

□□□□□□ 9

□□□□□□ 10

□□□□□□ 11

□□□□□□ 12

□□□□□□ 13

□□□□□□ 14

□□□□□□ 15

□□□□□□ 16

□□□□□□ 17

□□□□□□ 18

□□□□□□ 19

□□□□□□ 20

□□□□□□ 21

□□□□□□ 22

□□□□□□ 23

□□□□□□ 24

[□□□□□□□](#)

[redacted]

[redacted]

[redacted]

1996

[redacted] [redacted],
[redacted] [redacted] [redacted] [redacted]
[redacted] [redacted] [redacted] [redacted] [redacted]

स्वीकृतियाँ
कैरोल, जॉर्डन और एमी को उनके निरंतर प्रेम और समर्थन के लिए मेरा हार्दिक धन्यवाद।
वार्नर बुक्स में मेरी संपादक जोआन डेविस के प्रोत्साहन, अंतर्दृष्टि और बुद्धिमत्ता के लिए मैं उनका तहे दिल से आभार व्यक्त करता हूँ। वह सर्वश्रेष्ठ हैं।
मैं असाधारण एजेंट जोनी इवांस की असीम ऊर्जा और उत्साह के लिए उनका आभारी हूं।
और अंत में, मैं अपने सभी मरीजों और कार्यशाला के प्रतिभागियों के प्रति आभार व्यक्त करता हूं, जिन्होंने अपना जीवन मेरे साथ साझा किया है।

पाठक का नोट
मनोचिकित्सक-रोगी गोपनीयता मनोचिकित्सा नैतिकता का एक सशक्त और सदियों पुराना सिद्धांत है। इस पुस्तक में उल्लिखित रोगियों ने मुझे उनकी सच्ची कहानियाँ लिखने की अनुमति दी है। उनकी निजता की रक्षा के लिए केवल नाम और अन्य पहचान संबंधी विवरणों में बदलाव किया गया है। उनकी कहानियाँ सच्ची और अपरिवर्तित हैं।

प्रस्तावना
मनुष्य की आत्मा जल के समान है;
यह स्वर्ग से आता है
यह स्वर्ग की ओर उठता है
और फिर पृथ्वी पर लौट आता है। निरंतर परिवर्तनशील।

गेटे
मेरी पहली किताब, मेनी लाइव्स, मेनी मास्टर्स, के प्रकाशन से ठीक पहले, मैं एक स्थानीय किताबों की दुकान के मालिक से यह देखने के लिए मिलने गया कि क्या उन्होंने इसे मंगवाया है। हमने उनके कंप्यूटर की जाँच की।
“चार प्रतियां,” उन्होंने मुझसे कहा। “क्या आप एक ऑर्डर करना चाहेंगे?”
मुझे इस बात का पूरा यकीन नहीं था कि किताब की बिक्री प्रकाशक द्वारा छपाई गई मामूली संख्या तक भी पहुँच पाएगी। आख़िरकार, एक सम्मानित मनोचिकित्सक के लिए ऐसी किताब लिखना बहुत ही अजीब बात थी। यह किताब मेरे एक युवा मरीज़ की सच्ची कहानी बयां करती है, जिसकी पूर्व-जन्म चिकित्सा ने हम दोनों के जीवन को नाटकीय रूप से बदल दिया। फिर भी, मुझे पता था कि मेरे दोस्त, पड़ोसी और निश्चित रूप से मेरे रिश्तेदार चार से ज़्यादा प्रतियाँ ज़रूर खरीदेंगे, भले ही यह किताब देश में कहीं और न बिके।
मैंने उनसे कहा, "कृपया, मेरे दोस्त, मेरे कुछ मरीज़ और मेरे जान-पहचान के अन्य लोग मेरी किताब ढूंढने यहाँ आएंगे। क्या आप और प्रतियां नहीं मंगवा सकते?"
मुझे व्यक्तिगत रूप से उन सौ किताबों की गारंटी देनी पड़ी, जिन्हें उन्होंने अनिच्छा से ऑर्डर किया था।
मुझे बेहद आश्चर्य हुआ कि यह पुस्तक अंतरराष्ट्रीय स्तर पर बेस्टसेलर बन गई है, जिसकी 20 लाख से अधिक प्रतियां छप चुकी हैं और इसका 20 से अधिक भाषाओं में अनुवाद हो चुका है। मेरे जीवन में एक और अप्रत्याशित मोड़ आ गया था।
कोलंबिया विश्वविद्यालय से सम्मान सहित स्नातक की उपाधि प्राप्त करने और येल विश्वविद्यालय के चिकित्सा महाविद्यालय

जन्मांतर तक बार-बार मिलते रहते हैं। हम अपने सोलमेट्स को कैसे पाते और पहचानते हैं, और फिर हमें जो जीवन बदलने वाले फैसले लेने पड़ते हैं, वे हमारे जीवन के सबसे मार्मिक और महत्वपूर्ण क्षणों में से हैं।
नियति ही हमारे आत्मिक साथियों के मिलन का मार्ग प्रशस्त करती है। हम उनसे मिलेंगे। लेकिन उस मुलाकात के बाद हम क्या करते हैं, यह हमारी पसंद या स्वतंत्र इच्छा पर निर्भर करता है। एक गलत चुनाव या चूका हुआ अवसर घोर अकेलेपन और पीड़ा का कारण बन सकता है। वहीं, एक सही चुनाव, एक साकार अवसर, हमें गहन आनंद और खुशी प्रदान कर सकता है।
मिडवेस्ट की रहने वाली खूबसूरत महिला एलिजाबेथ ने अपनी मां की मृत्यु के बाद गहरे दुख और चिंता के कारण मुझसे थेरेपी शुरू की। उन्हें पुरुषों के साथ अपने रिश्तों में भी समस्याएं आ रही थीं, वे असफल, दुर्व्यवहार करने वाले और अन्य हानिकारक साथियों को चुन रही थीं। उन्हें किसी भी पुरुष रिश्ते में सच्चा प्यार कभी नहीं मिला था।
हमने सुदूर काल की यात्रा शुरू की, जिसके आश्चर्यजनक परिणाम निकले।
जिस समय एलिजाबेथ मेरे साथ पूर्व-जन्म चिकित्सा करवा रही थी, उसी समय मैं पेड्रो का भी इलाज कर रहा था, जो एक आकर्षक मैक्सिकन था और शोक से ग्रस्त था। उसके भाई की हाल ही में एक दुखद दुर्घटना में मृत्यु हो गई थी। इसके अलावा, उसकी माँ के साथ समस्याएं और उसके बचपन के कुछ राज़ भी उसके खिलाफ साजिश रच रहे थे।
पेड्रो निराशा और संदेह से ग्रस्त था, और उसके पास कोई ऐसा व्यक्ति नहीं था जिससे वह अपनी परेशानियां साझा कर सके।

□□ □□□ □□□ □□□ □□□ □□□

अध्याय 1

इसलिए जान लो कि उस महान मौन से मैं
मैं लौट आऊंगा... यह मत भूलो कि मैं वापस जरूर आऊंगा।
आपके लिए... थोड़ी देर के लिए, विश्राम का एक क्षण।
हवा चलेगी, और कोई दूसरी स्त्री मुझे जन्म देगी।
खलील जिब्रान
हर किसी के लिए कोई न कोई खास होता है। अक्सर दो, तीन या चार भी होते हैं। वे अलग-अलग पीढ़ियों से आते हैं। वे समय के सागरों और दिव्य आयामों की गहराइयों को पार करके फिर से आपके साथ रहने आते हैं। वे दूसरी दुनिया से, स्वर्ग से आते हैं। वे दिखने में अलग होते हैं, लेकिन आपका दिल उन्हें पहचानता है। आपके दिल ने उन्हें मिस्र के चांद से भरे रेगिस्तानों और मंगोलिया के प्राचीन मैदानों में अपनी बाहों में थाम लिया है। आप भूले हुए योद्धा-जनरलों की सेनाओं में एक साथ सवार हुए हैं, और आप प्राचीन लोगों की रेत से ढकी गुफाओं में एक साथ रहे हैं। आप अनंत काल तक एक-दूसरे से जुड़े हुए हैं, और आप कभी अकेले नहीं होंगे।
आपका दिमाग बीच में दखल दे सकता है: "मैं आपको नहीं जानता।" लेकिन आपका दिल जानता है।
वह पहली बार तुम्हारा हाथ थामता है, और उसके स्पर्श की स्मृति समय से परे जाकर तुम्हारे पूरे शरीर में एक झनझनाहट पैदा कर देती है। वह तुम्हारी आँखों में देखती है, और तुम्हें सदियों पुरानी एक आत्मीय साथी नज़र आती है। तुम्हारा पेट गुड़गुड़ाने लगता है। तुम्हारे हाथों पर रोंगटे खड़े हो जाते हैं। इस पल के बाहर की हर चीज़ बेमानी हो जाती है।

होठों के चुंबन से भी आप जागृत हो सकते हैं और आपकी आत्मा फिर से जीवंत हो उठ सकती है।
वह स्पर्श जो आपके मन में जागृति पैदा करता है, शायद आपके बच्चे का हो, माता-पिता का हो, भाई-बहन का हो, या किसी सच्चे मित्र का हो। या फिर यह आपके प्रियजन का हो सकता है, जो सदियों बाद भी आपसे संपर्क साधकर आपको एक बार फिर चूमने और यह याद दिलाने के लिए तत्पर है कि आप अनंत काल तक एक साथ हैं।

अध्याय दो

मैंने जिस तरह से अपना जीवन जिया है, वह अक्सर मुझे एक
एक ऐसी कहानी जिसका न कोई आरंभ है और न कोई अंत। मेरे पास यह कहानी थी।
मुझे ऐसा महसूस हो रहा था जैसे मैं इतिहास का एक टुकड़ा हूँ, एक अंश हूँ।
जिसके लिए पूर्ववर्ती और अनुवर्ती पाठ था
लापता। मैं अच्छी तरह कल्पना कर सकता हूँ कि मैं सदियों पहले जीवित रहा होता और वहाँ मुझे ऐसे सवालों का सामना करना पड़ा होता।
मैं अभी तक जवाब देने में सक्षम नहीं था; कि मुझे जन्म लेना था क्योंकि मैंने वह कार्य पूरा नहीं किया था जो मुझे सौंपा गया था।
मुझे दिया गया।
कार्ल जंग
लंबी, पतली और आकर्षक एलिज़ाबेथ के लंबे सुनहरे बाल थे, उसकी नीली आँखों में हल्के भूरे रंग की झलक थी। मेरे कार्यालय में बड़ी सफेद चमड़े की रिक्लाइनिंग कुर्सी पर घबराहट से बैठी उसकी उदास आँखें उसके ढीले गहरे नीले रंग के बिजनेस सूट पर हावी हो गईं।
एलिजाबेथ मुझसे मिलने के लिए विवश महसूस कर रही थी, क्योंकि उसने 'मेनी लाइव्स, मेनी मास्टर्स' नामक पुस्तक पढ़ने के बाद आशा की तलाश की थी और कई स्तरों पर पुस्तक की नायिका कैथरीन से खुद को जुड़ा हुआ महसूस किया था।

“मुझे ठीक से नहीं पता कि आप यहाँ क्यों आई हैं,” मैंने थेरेपी की शुरुआत में होने वाली आम चुप्पी को तोड़ते हुए कहा। मैंने नए मरीजों द्वारा भरे जाने वाले सूचना पत्र पर सरसरी नज़र डाली थी। नाम, उम्र, रेफरल का स्रोत, मुख्य शिकायतें और लक्षण। एलिज़ाबेथ ने शोक, चिंता और नींद की समस्या को अपनी मुख्य परेशानियाँ बताया था। जैसे ही उसने बोलना शुरू किया, मैंने मन ही मन उसकी सूची में “रिश्ते” भी जोड़ दिए।
“मेरी ज़िंदगी पूरी तरह से अस्त-व्यस्त है,” उसने कहा। उसकी कहानी धीरे-धीरे सामने आने लगी, मानो आखिरकार इन बातों पर चर्चा करना सुरक्षित हो गया हो। दबी हुई भावनाओं का हल्का सा बोझ उतरना स्पष्ट रूप से महसूस हो रहा था।
अपनी जीवन कहानी के नाटकीय स्वरूप और उसे सुनाते समय सतह के ठीक नीचे छिपी भावनाओं की गहराई के बावजूद, एलिजाबेथ ने जल्दी ही इसके महत्व को कम कर दिया।
उन्होंने कहा, "मेरी कहानी कैथरीन की कहानी जितनी नाटकीय नहीं है। मेरे बारे में कोई किताब नहीं लिखी जाएगी।"
उसकी कहानी, चाहे नाटकीय हो या न हो, सहजता से आगे बढ़ती गई। एलिज़ाबेथ मियामी में अपनी खुद की अकाउंटिंग फर्म चलाने वाली एक सफल व्यवसायी थीं। बत्तीस वर्ष की एलिज़ाबेथ का जन्म और पालन-पोषण ग्रामीण मिनेसोटा में हुआ था। वह अपने माता-पिता, एक बड़े भाई और कई जानवरों के साथ एक बड़े फार्महाउस में पली- बढ़ीं। उनके पिता एक मेहनती और शांत स्वभाव के व्यक्ति थे जिन्हें अपनी भावनाओं को व्यक्त करने में बहुत कठिनाई होती थी। जब भी वे अपनी भावनाएं प्रकट करते थे, तो आमतौर पर क्रोध और रोष ही दिखाते थे। वे अपना आपा खो बैठते थे और आवेग में आकर अपने परिवार पर हमला कर देते थे, कभी-कभी तो उनके भाई को भी पीट देते

थे। एलिज़ाबेथ को जो दुर्व्यवहार सहना पड़ा वह केवल मौखिक था, लेकिन इससे उन्हें बहुत दुख हुआ।
अपने दिल की गहराई में, एलिजाबेथ अब भी बचपन के उस घाव को लिए बैठी थी। उसके पिता की निंदा और आलोचनाओं ने उसकी आत्म-छवि को ठेस पहुँचाई थी। एक गहरा दर्द उसके दिल को घेरे हुए था। वह खुद को अक्षम और किसी तरह से दोषपूर्ण महसूस करती थी, और उसे चिंता थी कि दूसरे, विशेषकर पुरुष, उसकी कमियों को भी देख सकते हैं। सौभाग्य से, उसके पिता का गुस्सा बहुत कम ही फूटता था, और वह जल्दी ही उस कठोर और संयमी एकांत में लौट जाते थे जो उनके व्यक्तित्व और व्यवहार की विशेषता थी।
एलिज़ाबेथ की माँ एक प्रगतिशील और स्वतंत्र महिला थीं। उन्होंने एलिज़ाबेथ को आत्मनिर्भर बनने के लिए प्रोत्साहित किया और साथ ही साथ स्नेहपूर्ण और भावनात्मक रूप से स्नेहपूर्ण भी रहीं। बच्चों और उस समय की परिस्थितियों के कारण, उन्होंने खेत में ही रहने का फैसला किया और अनिच्छा से अपने पति के कठोर व्यवहार और भावनात्मक अलगाव को सहन किया।
“मेरी माँ किसी फ़रिश्ते जैसी थीं,” एलिज़ाबेथ ने आगे कहा। “हमेशा साथ, हमेशा देखभाल करने वाली, हमेशा अपने बच्चों के लिए त्याग करने वाली।” सबसे छोटी एलिज़ाबेथ अपनी माँ की लाडली थी। उसके बचपन की कई प्यारी यादें थीं। उनमें सबसे प्यारी यादें थीं अपनी माँ के साथ बिताए पल, वह खास प्यार जिसने उन्हें एक दूसरे से बांधे रखा और जो समय के साथ कायम रहा।
एलिज़ाबेथ बड़ी हुई, हाई स्कूल से स्नातक की उपाधि प्राप्त की और मियामी में कॉलेज में पढ़ने चली गई, जहाँ उसे एक अच्छी छात्रवृत्ति मिली थी। मियामी उसके लिए एक रोमांचक साहसिक यात्रा जैसा था और वह ठंडे मध्यपश्चिम से दूर जाने के लिए

आकर्षित हो गई। उसकी माँ एलिज़ाबेथ के इन रोमांचों से बहुत खुश होती थी। वे दोनों गहरी सहेलियाँ थीं और भले ही वे ज़्यादातर फ़ोन और चिट्ठियों से ही बात करती थीं, फिर भी उनका माँ-बेटी का रिश्ता मज़बूत बना रहा। छुट्टियाँ और अवकाश उनके लिए खुशी के पल होते थे, क्योंकि एलिज़ाबेथ शायद ही कभी घर वापस जाने का मौका चूकती थी।
इन मुलाकातों के दौरान, एलिज़ाबेथ की माँ ने दक्षिण फ्लोरिडा में सेवानिवृत्त होने और एलिज़ाबेथ के पास रहने की बात कही। पारिवारिक खेत बड़ा था और उसे संभालना दिन-प्रतिदिन कठिन होता जा रहा था। उन्होंने अच्छी खासी बचत कर ली थी, जिसमें उनके पिता की मितव्ययिता का भी योगदान था। एलिज़ाबेथ अपनी माँ के पास फिर से रहने के लिए उत्सुक थी। अब उन्हें लगभग हर दिन फोन पर ही बात करनी पड़ेगी।
कॉलेज की पढ़ाई पूरी करने के बाद एलिजाबेथ मियामी में ही रुक गई। उसने अपनी खुद की अकाउंटिंग फर्म शुरू की, जो धीरे-धीरे आगे बढ़ रही थी। प्रतिस्पर्धा बहुत कड़ी थी और काम में उसका काफी समय लग जाता था। पुरुषों के साथ उसके रिश्तों ने उसके तनाव को और बढ़ा दिया।
फिर विपत्ति आ पड़ी।
मुझसे पहली मुलाकात से लगभग आठ महीने पहले, एलिज़ाबेथ अपनी माँ की अग्नाशय कैंसर से हुई मृत्यु से बेहद दुखी थी। एलिज़ाबेथ को ऐसा लग रहा था मानो उसकी प्यारी माँ की मृत्यु ने उसके दिल को छलनी कर दिया हो। उसे अपने दुख से उबरने में बहुत कठिनाई हो रही थी। वह इसे स्वीकार नहीं कर पा रही थी, समझ नहीं पा रही थी कि ऐसा क्यों हुआ।

एलिज़ाबेथ ने बड़े दर्द भरे स्वर में मुझे अपनी माँ की उस घातक कैंसर से बहादुरी भरी लड़ाई के बारे में बताया जिसने उनके शरीर को बुरी तरह से जकड़ लिया था। उनकी आत्मा और उनका प्यार अछूता रहा। दोनों महिलाओं को गहरा दुख था। शारीरिक अलगाव अपरिहार्य था, जो धीरे-धीरे लेकिन लगातार नज़दीक आ रहा था। एलिज़ाबेथ के पिता, भविष्य की आशंका से दुखी होकर, और भी ज़्यादा दूर होते चले गए, अपने एकांत में डूबे रहे। उनके भाई, जो कैलिफ़ोर्निया में अपने छोटे परिवार और नए व्यवसाय के साथ रह रहे थे, ने भी शारीरिक दूरी बनाए रखी। एलिज़ाबेथ जब भी संभव होता, मिनेसोटा जाती रहती थीं।
उसके पास कोई ऐसा नहीं था जिससे वह अपने डर और दर्द को साझा कर सके। वह अपनी मरणासन्न माँ पर अनावश्यक बोझ नहीं डालना चाहती थी। इसलिए एलिजाबेथ ने अपनी निराशा को अपने अंदर ही दबाए रखा, और हर दिन उसके लिए और भी भारी होता जा रहा था।
“मुझे तुम्हारी बहुत याद आएगी... मैं तुमसे प्यार करती हूँ,” उसकी माँ ने उससे कहा। “तुम्हें छोड़कर जाना सबसे मुश्किल है। मुझे मरने से डर नहीं लगता। मुझे इस बात का भी डर नहीं है कि मेरा क्या होगा। मैं बस अभी तुम्हें छोड़कर नहीं जाना चाहती।” जैसे-जैसे वह कमजोर होती गई, उसकी माँ का जीने का संकल्प धीरे- धीरे कम होता गया। मृत्यु इस दुर्बलता और दर्द से एक सुखद राहत होगी। उसका अंतिम दिन आ गया।
एलिज़ाबेथ की माँ अस्पताल में थीं, छोटा सा कमरा परिवार और आगंतुकों से खचाखच भरा हुआ था। उनकी साँसें अनियमित हो गईं। मूत्र नलिकाओं से कोई निकासी नहीं हो रही थी; उनके गुर्दे काम करना बंद कर चुके थे। वह बार-बार बेहोश हो रही थीं। एक समय

एलिज़ाबेथ खुद को अपनी माँ के साथ अकेली पाईं। उसी क्षण उनकी माँ की आँखें चौड़ी हो गईं और वह फिर से होश में आ गईं।
“मैं तुम्हें छोड़कर नहीं जाऊंगी,” उसकी माँ ने अचानक दृढ़ स्वर में कहा। “मैं तुम्हें हमेशा प्यार करूंगी!”
ये एलिजाबेथ द्वारा अपनी माँ से सुने गए आखिरी शब्द थे, 'जो अब कोमा में चली गई थीं। उनकी सांसें और भी अनियमित हो गईं, लंबे समय तक रुकती रहीं और अचानक हांफने लगीं।'
जल्द ही वह चली गई। एलिज़ाबेथ को अपने दिल और जीवन में एक गहरा खालीपन महसूस हुआ। उसे सचमुच अपनी छाती में दर्द महसूस हो रहा था। उसे लगा कि वह कभी पूरी तरह से ठीक नहीं हो पाएगी। एलिज़ाबेथ महीनों तक रोती रही।
एलिज़ाबेथ को अपनी माँ से होने वाली नियमित फ़ोन कॉल की बहुत याद आती थी। उसने अपने पिता को भी ज़्यादा बार फ़ोन करने की कोशिश की, लेकिन वे अलग-थलग ही रहते थे और उनके पास बात करने के लिए कुछ खास नहीं होता था। वे एक-दो मिनट में ही फ़ोन काट देते थे। वे उसे प्यार और सांत्वना देने में असमर्थ थे। वे भी शोक में डूबे हुए थे, और इस शोक ने उन्हें और भी अकेला कर दिया था। कैलिफ़ोर्निया में रहने वाला उसका भाई, अपनी पत्नी और दो छोटे बच्चों के साथ, अपनी माँ की मृत्यु से बहुत दुखी था, लेकिन वह अपने परिवार और करियर में व्यस्त था।
उसका दुख धीरे-धीरे अवसाद में बदलने लगा, जिसके लक्षण लगातार गंभीर होते जा रहे थे। एलिजाबेथ को रात में सोने में परेशानी होने लगी। उसे नींद आने में दिक्कत होती थी और वह सुबह बहुत जल्दी जाग जाती थी, फिर दोबारा सो नहीं पाती थी। उसकी खाने में रुचि कम हो गई और उसका वजन घटने लगा। उसमें ऊर्जा की कमी साफ तौर

पर महसूस होने लगी। रिश्तों में उसकी रुचि कम हो गई और उसकी एकाग्रता की क्षमता लगातार कमजोर होती गई।
अपनी माँ की मृत्यु से पहले, एलिज़ाबेथ की चिंता मुख्य रूप से नौकरी से जुड़े तनावों, जैसे कि समय सीमा और कठिन निर्णयों से संबंधित थी। वह कभी-कभी पुरुषों के साथ अपने संबंधों को लेकर भी चिंतित रहती थी, कि उसे कैसा व्यवहार करना चाहिए और उनकी प्रतिक्रिया क्या होगी।
अपनी माँ की मृत्यु के बाद एलिज़ाबेथ की चिंता का स्तर नाटकीय रूप से बढ़ गया। उसने अपनी दैनिक विश्वासपात्र, सलाहकार, अपनी सबसे करीबी दोस्त को खो दिया था। उसने मार्गदर्शन और समर्थन के अपने प्राथमिक स्रोत को खो दिया था। एलिज़ाबेथ खुद को दिशाहीन, अकेला और बेसहारा महसूस कर रही थी।
उसने अपॉइंटमेंट के लिए फोन किया।
एलिज़ाबेथ मेरे कार्यालय में इस उम्मीद से आई थी कि उसे अपने पिछले जन्म का पता चल जाएगा जिसमें वह अपनी माँ के साथ रही थी या किसी रहस्यमय अनुभव के माध्यम से उनसे संपर्क कर सकेगी। मैंने अपनी पुस्तकों और व्याख्यानों में ध्यान की अवस्था में लोगों के प्रियजनों के साथ ऐसे रहस्यमय अनुभवों के बारे में बताया है। एलिज़ाबेथ ने मेरी पहली पुस्तक पढ़ी थी, और वह इन अनुभवों की संभावना से अवगत प्रतीत होती थी।
जैसे-जैसे लोग भौतिक शरीर की मृत्यु के बाद जीवन की संभावना, बल्कि उसकी निश्चितता के प्रति खुले होते जाते हैं, भौतिक शरीर छोड़ने के बाद चेतना की निरंतरता के प्रति, उन्हें सपनों में और चेतना की अन्य परिवर्तित अवस्थाओं में इस प्रकार के रहस्यमय अनुभव होने लगते हैं। ये अनुभव वास्तविक हैं या नहीं, यह सिद्ध करना कठिन है। लेकिन ये अनुभव जीवंत और भावनाओं से भरे होते

हैं। कभी-कभी व्यक्ति को ऐसी विशिष्ट जानकारी, तथ्य या विवरण भी प्राप्त हो जाते हैं जो केवल मृतक को ही ज्ञात थे। आध्यात्मिक मुलाकातों से प्राप्त इन रहस्यों को केवल कल्पना मात्र मानना कठिन है। मेरा मानना है कि ऐसा नया ज्ञान प्राप्त होता है या ऐसी मुलाकातें होती हैं, इसलिए नहीं कि लोग ऐसा चाहते हैं, इसलिए नहीं कि उन्हें इसकी आवश्यकता है, बल्कि इसलिए कि संपर्क स्थापित करने का यही तरीका है।
अक्सर ये संदेश बहुत मिलते-जुलते होते हैं, खासकर सपनों में: मैं ठीक हूँ। मैं बढ़िया हूँ। अपना ख्याल रखना। मैं तुमसे प्यार करता हूँ।
एलिजाबेथ अपनी माँ से किसी न किसी तरह के पुनर्मिलन या संपर्क की उम्मीद कर रही थी। उसके दिल के दर्द को कम करने के लिए उसे किसी मरहम की ज़रूरत थी।
इस पहले सत्र के दौरान एलिज़ाबेथ के अतीत के बारे में और भी बातें सामने आईं। उनकी शादी कुछ समय के लिए एक स्थानीय ठेकेदार से हुई थी, जिनके पिछली शादी से दो बच्चे थे। हालाँकि वह उस आदमी से बहुत प्यार नहीं करती थीं, लेकिन वह एक अच्छा इंसान था, और उन्हें लगा था कि यह रिश्ता उनके जीवन में कुछ स्थिरता लाएगा। लेकिन किसी भी रिश्ते में जुनून कृत्रिम रूप से पैदा नहीं किया जा सकता। सम्मान हो सकता है, सहानुभूति हो सकती है, लेकिन आपसी जुड़ाव शुरू से ही होना चाहिए। जब एलिज़ाबेथ को पता चला कि उनके पति का किसी और महिला के साथ संबंध है जो उनके जीवन में अधिक रोमांच और जुनून ला सकती है, तो उन्होंने अनिच्छा से रिश्ता तोड़ दिया। वह रिश्ते के टूटने से दुखी थीं और अपने दो बच्चों को छोड़ने से भी दुखी थीं, लेकिन उन्होंने तलाक के कारण शोक नहीं मनाया। उनकी माँ का निधन उनके लिए कहीं अधिक गंभीर था।

अपनी शारीरिक सुंदरता के कारण, तलाक के बाद एलिज़ाबेथ के लिए दूसरे पुरुषों से मिलना और उनके साथ डेट करना आसान हो गया। लेकिन इनमें से किसी भी रिश्ते में वो जोश नहीं था। एलिज़ाबेथ को खुद पर शक होने लगा, वो ये जानने की कोशिश करने लगी कि पुरुषों के साथ अच्छे रिश्ते न बना पाने की वजह उसकी समस्या में कहाँ कमी है। “मुझमें क्या खराबी है?” वो खुद से पूछती। और उसका आत्मविश्वास और भी कम हो जाता।
बचपन में पिता की तीखी आलोचनाओं के चुभने वाले तीरों ने उसके मन में गहरे घाव छोड़ दिए थे। पुरुषों के साथ असफल रिश्तों ने इन घावों पर नमक छिड़का था।
उसने पास के एक विश्वविद्यालय के प्रोफेसर के साथ संबंध शुरू किया, लेकिन वह अपने डर के कारण उसके प्रति प्रतिबद्ध नहीं हो सका। हालांकि उनके बीच गहरी आत्मीयता और समझ थी, और दोनों के बीच संवाद भी बहुत अच्छा था, फिर भी रिश्ते के प्रति प्रतिबद्ध न हो पाने और अपनी भावनाओं पर भरोसा न कर पाने की उसकी अक्षमता ने उस रिश्ते को एक शांत और साधारण अंत की ओर धकेल दिया।
कुछ महीनों बाद एलिज़ाबेथ की मुलाकात एक सफल बैंकर से हुई और उन्होंने उससे प्रेम संबंध शुरू कर दिया। इस रिश्ते में वह सुरक्षित और संरक्षित महसूस करती थी, हालांकि एक बार फिर दोनों के बीच स्वाभाविक आकर्षण सीमित ही था। हालांकि, बैंकर एलिज़ाबेथ की ओर आकर्षित था और जब एलिज़ाबेथ ने उसकी अपेक्षा के अनुरूप ऊर्जा और उत्साह नहीं दिखाया, तो वह क्रोधित और ईर्ष्यालु हो गया। उसने शराब का सेवन बढ़ा दिया और शारीरिक हिंसा करने लगा। एलिज़ाबेथ ने यह रिश्ता भी तोड़ दिया।
वह मन ही मन इस बात से निराश थी कि उसे कभी ऐसा कोई पुरुष नहीं मिलेगा जिसके साथ वह अच्छा और घनिष्ठ संबंध बना सके।

अध्याय 3

कितने समय पहले की बात है! और फिर भी मैं आज भी वही मार्गरेट हूँ।
केवल हमारा जीवन ही बूढ़ा होता है। हम वहीं हैं जहाँ
सदियों की गिनती केवल सेकंड के रूप में होती है, और उसके बाद हजारों जिंदगियों के बीच हमारी आंखें खुलने लगती हैं।
यूजीन ओ'नील
कैथरीन के साथ अपने अनुभवों से पहले, मैंने भूतपूर्व जन्म प्रतिगमन चिकित्सा के बारे में कभी सुना भी नहीं था। येल मेडिकल स्कूल में मुझे इसके बारे में नहीं पढ़ाया गया था, न ही कहीं और जहाँ मुझे इसके बारे में सीखना था।
मुझे आज भी वह पहला मौका अच्छी तरह याद है। मैंने कैथरीन को समय में पीछे जाने का निर्देश दिया था, इस उम्मीद में कि मुझे बचपन के उन आघातों का पता चल सके जो दबे हुए थे या भुला दिए गए थे, और मुझे लगता था कि वे ही उसके वर्तमान चिंता और अवसाद के लक्षणों का कारण बन रहे थे।
वह पहले ही गहरी सम्मोहन अवस्था में पहुँच चुकी थी, जो मैंने अपनी आवाज़ से उसे धीरे-धीरे शांत करके उत्पन्न की थी। उसका सारा ध्यान मेरे निर्देशों पर केंद्रित था।
पिछले सप्ताह के थेरेपी सेशन के दौरान, हमने पहली बार सम्मोहन का प्रयोग किया था। कैथरीन को बचपन के कई दर्दनाक अनुभव काफी विस्तार और भावनाओं के साथ याद आ गए थे। आमतौर पर थेरेपी में, जब भूले हुए दर्दनाक अनुभवों को उनसे जुड़ी भावनाओं के साथ याद किया जाता है, जिसे कैथार्सिस कहा जाता है, तो मरीज़ों की हालत में सुधार होने लगता है। हालांकि, कैथरीन के लक्षण गंभीर बने

रहे, और मुझे लगा कि हमें बचपन की और भी दबी हुई यादों को उजागर करना होगा। तभी उसकी हालत में सुधार होना चाहिए।
मैंने बड़ी सावधानी से कैथरीन को दो साल की उम्र में वापस ले जाने की कोशिश की, लेकिन उसे कोई खास यादें याद नहीं थीं। मैंने उसे दृढ़ता और स्पष्ट रूप से निर्देश दिया: "उस समय पर वापस जाओ जब से तुम्हारे लक्षण उत्पन्न हुए हैं।" उसकी प्रतिक्रिया से मैं पूरी तरह से हैरान रह गया।
“मुझे एक इमारत की ओर जाती हुई सफेद सीढ़ियाँ दिखाई देती हैं, एक बड़ी सफेद इमारत जिसमें खंभे हैं, सामने से खुली हुई है। कोई दरवाजा नहीं है। मैंने एक लंबी पोशाक पहनी हुई है... खुरदुरे कपड़े से बनी बोरी जैसी। मेरे बाल गुंथे हुए हैं, लंबे सुनहरे बाल।”
उसका नाम अरोंडा था, जो लगभग चार हजार साल पहले रहने वाली एक युवती थी। बाढ़ या ज्वार की लहर में उसकी अचानक मृत्यु हो गई, जिसने उसके गांव को तबाह कर दिया था।
“बड़ी-बड़ी लहरें पेड़ों को गिरा रही हैं। भागने की कोई जगह नहीं है। ठंड है, पानी बहुत ठंडा है। मुझे अपनी बच्ची को बचाना है, लेकिन मैं बचा नहीं सकती... बस उसे कसकर पकड़े रहना है। मैं डूब रही हूँ; पानी मेरा दम घोंट रहा है। मैं सांस नहीं ले पा रही, कुछ निगल नहीं पा रही... खारा पानी। मेरी बच्ची मेरी बाहों से छिन गई।”
इस दुखद घटना को याद करते हुए कैथरीन हांफ रही थी और उसे सांस लेने में कठिनाई हो रही थी। अचानक उसका शरीर पूरी तरह से शिथिल हो गया और उसकी सांसें गहरी और नियमित हो गईं।
“मुझे बादल दिख रहे हैं... मेरा बच्चा मेरे साथ है। और मेरे गांव के दूसरे लोग भी हैं। मुझे मेरा भाई दिख रहा है।”

मेडिकल सेंटर में प्रयोगशाला तकनीशियन कैथरीन को उनके बारे में ज़रा भी जानकारी नहीं थी। कोई भी व्यक्ति उसे ये जानकारी नहीं दे सकता था। इस जानकारी को खोजने का कोई स्रोत भी नहीं था। उसकी बातें आश्चर्यजनक रूप से सटीक थीं। जैसे-जैसे उसने ये छिपी हुई, गुप्त सच्चाइयाँ बताईं, मैं स्तब्ध और भयभीत हो गया। मैंने उससे पूछा, "कौन है वहां? कौन है तुम्हें ये सब बातें बताता है?"
“गुरुओं ने,” उसने फुसफुसाते हुए कहा, “गुरु आत्माओं ने मुझे बताया है। उन्होंने मुझे बताया है कि मैं भौतिक रूप में छियासी बार जन्म ले चुकी हूँ।”
कैथरीन ने बाद में गुरुओं को ऐसे उच्च कोटि की विकसित आत्माएं बताया जो वर्तमान में शरीर में नहीं हैं और उनके माध्यम से मुझसे बात कर सकती हैं। उनसे मुझे अद्भुत और गहन जानकारी और अंतर्दृष्टि प्राप्त हुई।
कैथरीन को भौतिकी या तत्वमीमांसा का कोई ज्ञान नहीं था। गुरुओं द्वारा दिया गया ज्ञान कैथरीन की क्षमताओं से परे प्रतीत होता था। वह आयामी तलों और कंपन स्तरों के बारे में कुछ नहीं जानती थी। फिर भी, समाधि की गहरी अवस्था में, उसने इन जटिल घटनाओं का वर्णन किया। इसके अलावा, उसके शब्दों और विचारों की सुंदरता और उसके कथनों के दार्शनिक निहितार्थ उसकी सचेत क्षमताओं से कहीं अधिक थे। कैथरीन ने इससे पहले कभी इतने संक्षिप्त और काव्यात्मक ढंग से बात नहीं की थी।
जब मैंने उसे गुरुओं से प्राप्त अवधारणाओं को बताते हुए सुना, तो मैं एक अन्य, उच्चतर शक्ति को उसके मन और स्वरयंत्रों के साथ संघर्ष करते हुए महसूस कर सकता था ताकि वह इन विचारों को शब्दों में अनुवादित कर सके और मैं उन्हें समझ सकूं।

अपनी शेष चिकित्सा सत्रों के दौरान, कैथरीन ने गुरुओं से कई और संदेश प्राप्त किए। जीवन और मृत्यु के बारे में, आध्यात्मिक आयामों के बारे में और पृथ्वी पर हमारे जीवन के उद्देश्य के बारे में सुंदर संदेश। मेरी जागृति शुरू हो चुकी थी। मेरा संशय धीरे-धीरे कम हो रहा था।
मुझे याद है मैंने सोचा था, "चूंकि वह मेरे पिता और मेरे बेटे के बारे में सही है, तो क्या वह पिछले जन्मों और पुनर्जन्म के बारे में, आत्मा की अमरता के बारे में भी सही हो सकती है?"
मुझे ऐसा विश्वास है।
मास्टर्स ने पिछले जन्मों के बारे में भी बात की।
“हम खुद चुनते हैं कि हम कब शारीरिक अवस्था में आएंगे और कब इसे छोड़ेंगे। हम जानते हैं कि हमने वह कार्य पूरा कर लिया है जिसके लिए हमें यहाँ भेजा गया था। हम जानते हैं कि समय कब समाप्त हो गया है, और आप अपनी मृत्यु को स्वीकार करेंगे। क्योंकि आप जानते हैं कि इस जीवन से आपको इससे अधिक कुछ नहीं मिल सकता। जब आपके पास समय हो, जब आपको विश्राम करने और अपनी आत्मा को पुनः ऊर्जावान बनाने का समय मिल जाए, तब आपको शारीरिक अवस्था में पुनः प्रवेश करने का विकल्प मिलता है। जो लोग संकोच करते हैं, जो यहाँ अपनी वापसी को लेकर आश्वस्त नहीं हैं, वे उस अवसर को खो सकते हैं जो उन्हें दिया गया था, शारीरिक अवस्था में रहते हुए अपने कर्तव्य को पूरा करने का अवसर।”
कैथरीन के साथ अपने अनुभव के बाद से, मैंने एक हजार से अधिक रोगियों को उनके पिछले जन्मों में ले जाने का प्रयास किया है। उनमें से बहुत कम ही उस स्तर तक पहुँच पाए हैं जहाँ तक उस स्तर तक पहुँचने में उन्हें महारत हासिल है। हालांकि, मैंने इनमें से अधिकांश लोगों में अद्भुत नैदानिक सुधार देखा है। मैंने

को पता चला कि वे पिछले चार जन्मों में एक-दूसरे की हत्या करते रहे थे। ऐसी कहानियाँ और घटनाएँ अंतहीन हैं।
जब बार-बार होने वाले इस पैटर्न को पहचान लिया जाए, जब इसके कारणों को समझ लिया जाए, तो इसे तोड़ा जा सकता है। दर्द को जारी रखने का कोई मतलब नहीं है।
प्रतिगमन चिकित्सा की तकनीक और प्रक्रिया के कारगर होने के लिए न तो चिकित्सक और न ही रोगी को पूर्व जन्मों में विश्वास करना आवश्यक है। लेकिन यदि वे इसे आजमाते हैं, तो अक्सर नैदानिक सुधार देखने को मिलता है।
इससे लगभग हमेशा आध्यात्मिक विकास होता है।

मैंने एक बार दक्षिण अमेरिका के एक व्यक्ति का प्रतिगमन किया, जिसे द्वितीय विश्व युद्ध को समाप्त करने के लिए हिरोशिमा पर परमाणु बम गिराने में मदद करने वाली टीम के सदस्य के रूप में बिताए गए अपराधबोध से भरे जीवन की याद थी। अब एक बड़े अस्पताल में रेडियोलॉजिस्ट के रूप में कार्यरत यह व्यक्ति विकिरण और आधुनिक तकनीक का उपयोग जीवन को नष्ट करने के बजाय बचाने के लिए करता है। इस जीवन में वह एक सौम्य, सुंदर और दयालु व्यक्ति है। यह इस बात का उदाहरण है कि कैसे एक आत्मा सबसे बुरे जन्मों से गुज़रते हुए भी विकसित और रूपांतरित हो सकती है। महत्वपूर्ण है सीखना, निर्णय लेना नहीं। उन्होंने द्वितीय विश्व युद्ध के दौरान के अपने जीवन से सीखा और उस ज्ञान और कौशल का उपयोग वर्तमान जीवन में अन्य आत्माओं की सहायता करने के लिए किया है। पहले जन्म का अपराधबोध महत्वपूर्ण नहीं है। महत्वपूर्ण केवल अतीत से सीखना है, न कि उस पर चिंतन करना और अपराधबोध महसूस करना।

18 दिसंबर, 1994 को यूएसए टुडे/सीएनएन/गैलप द्वारा किए गए एक सर्वेक्षण के अनुसार, पुनर्जन्म में विश्वास रखने वाले लोग संयुक्त राज्य अमेरिका में बढ़ रहे हैं, जो इस मामले में दुनिया के अधिकांश देशों से पीछे है। संयुक्त राज्य अमेरिका में 27 प्रतिशत वयस्क पुनर्जन्म में विश्वास करते हैं, जो 1990 में 21 प्रतिशत था।
और भी बहुत कुछ है। मृतकों से संपर्क संभव है, ऐसा मानने वालों की संख्या 1990 में 18 प्रतिशत से बढ़कर दिसंबर 1994 में 28 प्रतिशत हो गई है। 90 प्रतिशत लोग स्वर्ग में विश्वास करते हैं, और 79 प्रतिशत लोग चमत्कारों में विश्वास करते हैं। ऐसा लगता है मानो आत्माओं की तालियाँ बज रही हों।

अध्याय 4

इसलिए पुनर्जन्म की अवधारणा में सबसे अधिक निहित है वास्तविकता की वह संतोषजनक व्याख्या जिसके माध्यम से भारतीय चिंतन उन कठिनाइयों पर विजय प्राप्त करता है जो चकित कर देती हैं
यूरोप के विचारक।
अल्बर्ट श्वित्जर
एलिज़ाबेथ का प्रतिगमन का पहला अनुभव अगले सप्ताह हुआ। मैंने चेतन मन द्वारा उत्पन्न अवरोधों और बाधाओं को दूर करने के लिए त्वरित प्रेरण विधि का उपयोग करके उसे तुरंत गहरी सम्मोहन अवस्था में डाल दिया।
सम्मोहन एकाग्रता की एक अवस्था है, लेकिन अहंकार, यानी मन, ध्यान भटकाने वाले विचारों को उत्पन्न करके इस एकाग्रता में बाधा डाल सकता है। एक त्वरित सम्मोहन तकनीक का उपयोग करके, मैं एलिजाबेथ को एक मिनट के भीतर गहरी सम्मोहन अवस्था में ले जाने में सक्षम रहा।
मैंने उन्हें अपॉइंटमेंट के बीच के सप्ताह में घर पर चलाने के लिए एक रिलैक्सेशन टेप दिया था। मैंने यह टेप अपने मरीजों को स्व-सम्मोहन की तकनीक का अभ्यास कराने में मदद करने के लिए रिकॉर्ड किया था। मैंने पाया कि वे घर पर जितना अधिक अभ्यास करते हैं, क्लिनिक में वे उतना ही अधिक गहराई तक जा पाते हैं। यह टेप मरीजों को आराम करने में भी मदद करता है, और अक्सर इससे उन्हें नींद भी आ जाती है।
एलिज़ाबेथ ने घर पर टेप सुनने की कोशिश की, लेकिन उसे सुकून नहीं मिला। वह बहुत ज़्यादा चिंतित थी। अगर कुछ हो गया तो क्या

होगा? उसे डर था कि अकेले होने के कारण उसकी मदद करने वाला कोई नहीं होगा।
उसका मन रोजमर्रा के विचारों को हावी होने देकर और टेप से उसका ध्यान भटकाकर उसे "सुरक्षित" रख रहा था। घबराहट और विचारों के बीच वह ध्यान केंद्रित नहीं कर पा रही थी।
जब उसने घर पर टेप के साथ अपने अनुभव का वर्णन किया, तो मैंने उसके मन और उसके भय द्वारा उत्पन्न बाधाओं से उसे बाहर निकालने के लिए सम्मोहन की एक अधिक तीव्र विधि का उपयोग करने का निर्णय लिया।
सम्मोहन की अवस्था उत्पन्न करने के लिए सबसे आम तकनीक को प्रगतिशील विश्राम कहा जाता है। चिकित्सक रोगी को अपनी साँस धीमी करने के लिए कहकर, धीरे-धीरे मांसपेशियों को शिथिल करने का निर्देश देकर उसे गहरी विश्राम अवस्था में ले जाता है। फिर उसे सुंदर और सुकून देने वाले दृश्यों की कल्पना करने के लिए कहा जाता है। उल्टी गिनती जैसी तकनीकों का उपयोग करके, चिकित्सक रोगी को और भी गहरी विश्राम अवस्था में ले जाने में मदद करता है।
इस समय तक रोगी हल्की से मध्यम स्तर की सम्मोहन अवस्था में पहुँच जाता है, जिसे चिकित्सक चाहे तो और गहरा कर सकता है। पूरी प्रक्रिया में लगभग पंद्रह मिनट लगते हैं।
हालांकि, इन पंद्रह मिनटों के दौरान, रोगी का मन आराम करने और सुझावों के साथ सहजता से बहने के बजाय सोचने, विश्लेषण करने या बहस करने से सम्मोहन प्रक्रिया को बाधित कर सकता है।
लेखाकार और अन्य लोग जिन्हें तार्किक, क्रमबद्ध और अत्यधिक तर्कसंगत तरीके से सोचने का प्रशिक्षण दिया गया है, अक्सर अपने मन के विचारों को इस प्रक्रिया में बाधा डालने देते हैं।

हालाँकि मुझे लगा कि एलिज़ाबेथ किसी भी तकनीक का इस्तेमाल करूँ, गहरी नींद में सो सकती है, फिर भी मैंने पूरी तरह से आश्वस्त होने के लिए एक तेज़ तरीका अपनाने का फैसला किया। मैंने एलिजाबेथ से कहा कि वह अपनी कुर्सी पर आगे की ओर झुककर बैठे, अपनी निगाहें मेरी आँखों में टिकाए रखे और अपने दाहिने हाथ से, जिसकी हथेली मेरी हथेली से सटी हुई थी, दबाव डाले। मैं उसके सामने खड़ा था।
जब वह कुर्सी पर थोड़ा आगे की ओर झुकी हुई थी और मेरे हाथ पर दबाव डाल रही थी, तब मैंने उससे बातें कीं। उसकी निगाहें मेरी निगाहों पर टिकी हुई थीं।
अचानक और बिना किसी चेतावनी के, मैंने अपना हाथ खींच लिया, जो उसके हाथ के नीचे था। उसका शरीर, अब बिना सहारे के, आगे की ओर लड़खड़ा गया। ठीक उसी क्षण, मैंने बहुत ज़ोर से कहा, "सो जाओ!" पल भर में एलिज़ाबेथ का शरीर कुर्सी पर वापस गिर पड़ा। वह पहले से ही गहरी सम्मोहन अवस्था में थी। उसका चेतन मन अचानक संतुलन बिगड़ने से परेशान था, लेकिन सोने का मेरा आदेश सीधे और बिना किसी रुकावट के उसके अवचेतन मन तक पहुँच गया। वह सीधे चेतन "नींद" की अवस्था में चली गई, जो सम्मोहन के समान है।
मैंने उससे कहा, “तुम्हें सब कुछ याद है, तुम्हारा हर अनुभव।” अब हम पीछे की ओर यात्रा शुरू कर सकते थे।
मैं यह देखना चाहता था कि उसकी यादों में कौन सी इंद्रियाँ प्रमुख थीं, इसलिए मैंने उससे अपने पिछले सुखद भोजन को याद करने के लिए कहा और उसे निर्देश दिया कि वह भोजन को याद करते समय अपनी सभी इंद्रियों का उपयोग करे। उसे हाल ही के भोजन की गंध, स्वाद, दृश्य और अनुभूति याद थी, इसलिए मुझे पता चल गया कि उसमें

स्पष्ट रूप से याद करने की क्षमता है। ऐसा प्रतीत हुआ कि उसके मामले में, दृश्य इंद्रिय सबसे अधिक प्रमुख थी।
फिर मैंने उसे उसके बचपन में वापस ले जाकर यह देखने की कोशिश की कि क्या वह मिनेसोटा में बिताए अपने शांत बचपन की कोई याद ताजा कर सकती है। उसने एक नन्ही बच्ची की संतुष्ट मुस्कान बिखेरी। मैं अपनी माँ के साथ रसोई में हूँ। वो बहुत जवान दिखती हैं। मैं भी छोटी हूँ। मैं लगभग पाँच साल की हूँ। और हम खाना बना रहे हैं। हम पाई बना रहे हैं... और कुकीज़। बहुत मज़ा आ रहा है। मेरी माँ खुश हैं। मैं सब देख सकती हूँ, उनका एप्रन, उनके बंधे हुए बाल। मुझे खुशबू आ रही है। ये बहुत ही बढ़िया हैं।
मैंने उसे निर्देश दिया, "दूसरे कमरे में जाओ और मुझे बताओ कि तुम्हें वहां क्या दिखता है।"
वह बैठक कक्ष में दाखिल हुई। उसने बड़े-बड़े गहरे रंग के लकड़ी के फर्नीचर और घिसे-पिटे फर्श का वर्णन किया। फिर उसने अपनी माँ की तस्वीर के बारे में बताया, जो एक बड़ी आरामदायक कुर्सी के बगल में एक गहरे रंग की लकड़ी की मेज पर रखी थी।
“मुझे तस्वीर में मेरी माँ दिख रही हैं,” एलिज़ाबेथ ने आगे कहा। “वह खूबसूरत हैं... एकदम जवान। मुझे उनके गले में मोतियों का हार दिख रहा है। उन्हें ये मोती बहुत पसंद हैं। ये खास मौकों के लिए हैं। खूबसूरत सफेद पोशाक... उनके काले बाल... उनकी आँखें कितनी चमकदार और स्वस्थ हैं।”
मैंने कहा, "अच्छा है, मुझे खुशी है कि आपको वह याद है और आप उसे इतनी स्पष्ट रूप से देख सकते हैं।"
हाल ही में खाए गए भोजन या बचपन के किसी दृश्य को याद रखने की लगभग निश्चितता रोगी के स्मृति स्मरण क्षमता पर विश्वास बढ़ाने में सहायक होती है। ये स्मृतियाँ रोगी को दिखाती हैं कि

सम्मोहन कारगर है और यह डरावना नहीं है, बल्कि यह प्रक्रिया सुखद भी हो सकती है। रोगी देखता है कि याद की गई स्मृतियाँ अक्सर सचेत मन की स्मृतियों की तुलना में अधिक स्पष्ट और विस्तृत होती हैं।
सम्मोहन से बाहर आने के बाद, मरीज़ लगभग हमेशा ही सम्मोहन के दौरान याद की गई यादों को सचेत रूप से याद रख पाते हैं। बहुत कम ही ऐसा होता है कि मरीज़ इतनी गहरी अवस्था में हों कि उन्हें अपने अनुभव की भूल हो जाए। हालाँकि मैं सटीकता सुनिश्चित करने और ज़रूरत पड़ने पर संदर्भ के लिए अक्सर सम्मोहन सत्रों को टेप करता हूँ, लेकिन ये टेप मरीज़ों के लिए कम और मेरे लिए ज़्यादा महत्वपूर्ण हैं। उन्हें सब कुछ स्पष्ट रूप से याद रहता है।
“अब हम और भी पीछे जाएंगे। इस बात की चिंता मत करो कि कल्पना क्या है, फंतासी क्या है, रूपक या प्रतीक क्या है, वास्तविक स्मृति क्या है या इन सबका कोई संयोजन क्या है,” मैंने उससे कहा। “बस खुद को अनुभव करने दो। कोशिश करो कि तुम्हारा मन उस अनुभव पर कोई राय न बनाए, उसकी आलोचना न करे या उस पर कोई टिप्पणी न करे। बस उसका अनुभव करो। यह सिर्फ अनुभव के लिए है। बाद में इसकी आलोचना कर सकते हो। बाद में इसका विश्लेषण कर सकते हो। लेकिन अभी के लिए बस खुद को अनुभव करने दो।”
“हम अब गर्भ में वापस जा रहे हैं, उस गर्भकालीन अवस्था में, तुम्हारे जन्म से ठीक पहले। तुम्हारे मन में जो भी विचार आए, वह ठीक है। बस उसे महसूस करो।”
और मैंने पांच से एक तक उल्टी गिनती गिनी, जिससे उसकी सम्मोहन की अवस्था और गहरी हो गई।

एलिज़ाबेथ को ऐसा महसूस हो रहा था जैसे वह अपनी माँ के गर्भ में हो। वह जगह गर्म और सुरक्षित थी, और वह अपनी माँ का प्यार महसूस कर सकती थी। उसकी बंद आँखों के कोनों से एक-एक आँसू बह निकला। उसे याद आया कि उसके माता-पिता, खासकर उसकी माँ, उसे कितना चाहते थे। ये आँसू खुशी और पुरानी यादों के थे।
एलिजाबेथ को पहले से ही उस प्यार का एहसास हो रहा था जो उसके जन्म के साथ ही उसे मिलेगा, और इससे वह बहुत खुश थी।
गर्भ में बिताए गए उनके अनुभव इस बात का पुख्ता सबूत नहीं हैं कि उनकी यादें सटीक हैं या वाकई पूरी हैं। लेकिन एलिजाबेथ के लिए वे संवेदनाएं और भावनाएं इतनी प्रबल और प्रभावशाली थीं कि वे उन्हें वास्तविक लगीं, और इससे उन्हें काफी बेहतर महसूस हुआ।
सम्मोहन की अवस्था में, मेरी एक मरीज़ को याद आया कि वह जुड़वां बच्चों में से एक थी। दूसरा बच्चा जन्म के समय ही मर गया था। हालांकि, मरीज़ को कभी पता नहीं चला कि उसकी एक जुड़वां बहन भी थी। उसके माता-पिता ने उसे कभी भी उसके मृत जन्मे भाई या बहन के बारे में नहीं बताया था। जब उसने सम्मोहन के दौरान हुए अपने अनुभव के बारे में अपने माता-पिता को बताया, तो उन्होंने उसकी याददाश्त की पूर्ण सत्यता की पुष्टि की। वह वास्तव में जुड़वां थी।
हालांकि, आमतौर पर गर्भ में बिताए गए पलों की यादों को प्रमाणित करना मुश्किल होता है।
"क्या अब आप और पीछे जाने के लिए तैयार हैं?" मैंने पूछा, यह उम्मीद करते हुए कि एलिजाबेथ अपनी भावनाओं की तीव्रता से भयभीत न हो गई हो।
“हां,” उसने शांत भाव से उत्तर दिया। “मैं तैयार हूं।”

“अच्छा,” मैंने कहा। “अब हम वापस जाकर देखेंगे कि क्या तुम्हें जन्म से पहले की कोई बात याद है, चाहे वो रहस्यमयी या आध्यात्मिक अवस्था में हो, किसी दूसरे आयाम में हो, या फिर पिछले जन्म में। जो भी तुम्हारे मन में आए, ठीक है। उसकी आलोचना मत करो। उसके बारे में चिंता मत करो। बस अनुभव करो। खुद को अनुभव करने दो।”
मैंने उसे कल्पना करने को कहा कि वह लिफ्ट में चल रही है और एक बटन दबा रही है, जबकि मैं धीरे-धीरे पाँच से एक तक उल्टी गिनती गिन रहा था। लिफ्ट समय और स्थान में पीछे की ओर चली गई, और जब मैंने "एक" कहा तो दरवाजा खुल गया। मैंने उसे बाहर कदम रखने और दरवाजे के दूसरी तरफ उस आकृति, उस दृश्य, उस अनुभव में शामिल होने का निर्देश दिया। लेकिन यह वैसा नहीं था जैसा मैंने सोचा था।
“कितना अंधेरा है,” उसने खौफ भरी आवाज में कहा। “मैं... मैं नाव से गिर गई। बहुत ठंड है। यह भयानक है।”
मैंने तुरंत बीच में टोकते हुए कहा, "अगर आपको असहजता महसूस हो, तो बस दृश्य के ऊपर तैरते हुए उसे ऐसे देखें जैसे कोई फिल्म देख रहे हों। लेकिन अगर आपको असहजता महसूस न हो, तो वहीं बने रहें। देखें क्या होता है। देखें आपको क्या अनुभव होता है।"
यह अनुभव उसके लिए भयावह था, इसलिए वह ऊपर तैरने लगी। एलिजाबेथ खुद को एक किशोर लड़के के रूप में देख सकती थी। रात में तूफान के दौरान नाव से गिरने के बाद, वह लड़का अंधेरे पानी में डूब गया था। अचानक उसकी सांसें धीमी हो गईं और वह अधिक शांत प्रतीत हुई। वह अपने शरीर से अलग हो गई थी।
"मैंने वह शरीर छोड़ दिया है," एलिजाबेथ ने लगभग सहज भाव से कहा।

यह सब कुछ अत्यंत शीघ्रता से घटित हुआ। इससे पहले कि मैं उस जीवनकाल को पूरी तरह से समझ पाता, वह उस शरीर से विमुख हो चुकी थी। मैं चाहता था कि वह मुझे बताए कि क्या हुआ था, वह क्या देख और समझ सकती थी।
"तुम नाव पर क्या कर रही थी?" मैंने उससे पूछा, हालांकि वह पहले ही अपने शरीर से बाहर निकल चुकी थी, फिर भी मैंने समय रहते पीछे हटने की कोशिश की।
“मैं अपने पिता के साथ यात्रा कर रही थी,” उसने कहा। “और अचानक एक तूफान आ गया। नाव में पानी भरने लगा। नाव बहुत अस्थिर हो गई थी और बुरी तरह हिल रही थी। लहरें बहुत ऊंची थीं, और मैं नाव से बहकर दूसरी तरफ गिर गई।”
मैंने पूछा, “बाकी लोगों का क्या हुआ?”
“मुझे नहीं पता,” उसने कहा। “मैं किनारे से बह गई थी। मुझे नहीं पता उनके साथ क्या हुआ।”
"जब ऐसा होता है तब आपकी उम्र लगभग कितनी होती है?"
“मुझे नहीं पता,” उसने जवाब दिया। “लगभग बारह या तेरह। एक युवा किशोरी।”
एलिज़ाबेथ और अधिक जानकारी देने के लिए उत्सुक नहीं लग रही थी। वह उस जीवन को बहुत जल्दी पीछे छोड़ चुकी थी, न केवल उस जन्म में, बल्कि मेरे कार्यालय में उसे याद करते हुए भी। हमें और कोई जानकारी नहीं मिल सकी। इसलिए मैंने उसे जगाया।

अगले सप्ताह, एलिजाबेथ पहले से कम उदास लग रही थी, हालांकि मैंने उसके शोक और अवसाद के लक्षणों के इलाज के लिए कोई अवसादरोधी दवा नहीं लिखी थी।

उन्होंने कहा, "मुझे हल्कापन महसूस हो रहा है। मैं अधिक स्वतंत्र महसूस कर रही हूं, और मुझे अंधेरे में उतनी असहजता नहीं होती।"
एलिज़ाबेथ को हमेशा अंधेरे में थोड़ी बेचैनी रहती थी और वह रात में अकेले बाहर जाने से बचती थी। घर पर वह अक्सर सारी बत्तियाँ जलाकर रखती थी। लेकिन पिछले हफ्ते उसने इस लक्षण में सुधार महसूस किया। मुझे पता नहीं था कि तैरने से उसे बेचैनी और घबराहट होती थी, लेकिन पिछले हफ्ते वह अपने अपार्टमेंट कॉम्प्लेक्स के पूल और जकूज़ी में समय बिताने में सक्षम रही। हालाँकि ये उसकी मुख्य चिंताएँ नहीं थीं, फिर भी वह इन लक्षणों में कमी देखकर खुश थी।
हमारे कई डर अतीत पर आधारित होते हैं, भविष्य पर नहीं। अक्सर जिन चीजों से हम सबसे ज्यादा डरते हैं, वे या तो बचपन में या पिछले जन्म में घटित हो चुकी होती हैं। क्योंकि हम उन्हें भूल चुके होते हैं या धुंधला-सा याद रखते हैं, इसलिए हमें डर लगता है कि वह दर्दनाक घटना भविष्य में फिर से घटित हो सकती है।
लेकिन एलिजाबेथ अब भी बहुत दुखी थी, और हमें उसकी माँ का पता बचपन की एक याद के अलावा कहीं नहीं चला था। खोज जारी रहेगी।

एलिज़ाबेथ की कहानी बेहद दिलचस्प है। पेड्रो की कहानी भी कुछ ऐसी ही है। फिर भी उनकी कहानियाँ पूरी तरह से अनूठी नहीं हैं। मेरे कई मरीज़ गहरे दुख, भय और फोबिया, और निराशाजनक रिश्तों से पीड़ित रहे हैं। कई लोगों ने अपने बिछड़े प्रियजनों को दूसरे समय और दूसरे स्थानों पर पाया है। कई लोग अपने पिछले जन्मों को याद करके और आध्यात्मिक अवस्थाओं को प्राप्त करके अपने दुख से उबरने में सक्षम हुए हैं।

जिन लोगों के साथ मैंने प्रतिगमन किया है, उनमें से कुछ मशहूर हस्तियां हैं। कुछ देखने में साधारण लोग हैं जिनकी कहानियां अद्भुत हैं। उनके अनुभव एलिजाबेथ और पेड्रो की नियति के चौराहे पर पहुंचने के साथ-साथ उनके जीवन के उतार-चढ़ाव में निहित सार्वभौमिक विषयों को दर्शाते हैं।
हम सब एक ही रास्ते पर चल रहे हैं।

नवंबर 1992 में, मैं जोन रिवर्स के टेलीविजन टॉक शो के एक सेगमेंट के लिए न्यूयॉर्क शहर गया था। हमने जोन के शो की लाइव रिकॉर्डिंग से कुछ दिन पहले एक निजी होटल सुइट में रिकॉर्डिंग की व्यवस्था की थी। जोन देर से पहुंचीं, क्योंकि उस दिन उनके शो में रेडियो होस्ट हॉवर्ड स्टर्न ने उन्हें रोक रखा था। वह बहुत सहज नहीं थीं, अभी भी अपने टेलीविजन मेकअप, गहने और एक खूबसूरत लाल स्वेटर में थीं।
प्रतिगमन सत्र से पहले हुई हमारी बातचीत में मुझे पता चला कि वह अभी भी अपनी माँ और पति की मृत्यु के गम से उबर नहीं पाई थीं। हालाँकि उनकी माँ की मृत्यु कई साल पहले हो गई थी, लेकिन उनका रिश्ता बहुत गहरा था और जोन उन्हें बहुत याद करती थीं। उनके पति की मृत्यु हाल ही में हुई थी।
जोआन एक आलीशान, बेज रंग की पैटर्न वाली कुर्सी पर अकड़ी हुई बैठी थी। कैमरे एक असाधारण दृश्य को रिकॉर्ड करने लगे।
कुछ ही देर में जोन कुर्सी पर धंस गई, उसकी ठुड्डी हथेली पर नाजुक ढंग से टिकी हुई थी। उसकी सांसें धीमी हो गईं और वह गहरी सम्मोहन अवस्था में चली गई। बाद में उसने कहा, "मैं बहुत गहरी सम्मोहन अवस्था में चली गई थी।"

यह सिलसिला शुरू हुआ और हम समय में पीछे की ओर चले गए। सबसे पहले वह चार साल की उम्र में पहुँची। उसे अपनी दादी के आने से घर में हुए तनाव की याद आई। जोन खुद को स्पष्ट रूप से देख पा रही थी। मैंने चेक वाली ड्रेस पहनी है, साथ में मैरी जेन के जूते और सफेद मोजे भी।
हम एक और दूर के समय की ओर चले गए। वर्ष 1835 था, और वह इंग्लैंड में थी, जहाँ वह एक कुलीन महिला थी।
“मेरे बाल काले हैं, और मैं लंबी और पतली हूँ,” उसने कहा। उसके तीन बच्चे थे।
“उनमें से एक तो निश्चित रूप से मेरी माँ हैं,” उन्होंने आगे कहा। जोन ने महसूस किया कि उस जन्म में उनकी एक संतान, छह वर्षीय बेटी, पुनर्जन्म लेकर उनकी वर्तमान माँ बन गई है।
मैंने पूछा, "तुम्हें कैसे पता कि यह वही है?"
“मैं जानती हूँ कि यह वही है,” उसने दृढ़ता से उत्तर दिया। आत्मा की पहचान अक्सर शब्दों के वर्णन से परे होती है। इसमें एक सहज ज्ञान होता है, हृदय का बोध होता है। जोन रिवर्स जानती थीं कि यह छोटी बच्ची और उसकी माँ एक ही आत्मा हैं।
वह अंग्रेज महिला के पति को नहीं पहचान पाई, जो लंबा और पतला था, और उसे अपने वर्तमान जीवन का कोई परिचित नहीं समझ पाई। उसने आगे बताया, "उसने बीवर फर की टोपी पहन रखी है।" वह औपचारिक पोशाक में था। उसने कहा, "हम बगीचों वाले एक बड़े पार्क में घूम रहे हैं।" जोआन रोने लगी और उस समय वहां से जाना चाहती थी। उसके बच्चों में से एक की मृत्यु होने वाली थी।
“ये वही है!” वह सिसकते हुए बोली, उसका मतलब उस बेटी से था जिसे वह इस जीवन में अपनी माँ मानती थी। “भयानक... बेहद दुखद!” उस युवती की मृत्यु हो गई, और हम उस समय और स्थान को छोड़कर चले गए।

हम समय में और भी पीछे चले गए, अठारहवीं शताब्दी में।
“यह सत्रह सौ के आसपास है... मैं एक किसान हूँ, एक पुरुष हूँ।” वह लिंग परिवर्तन पर आश्चर्यचकित लग रही थी, लेकिन यह एक अधिक सुखद जीवन था।
“मैं एक बहुत अच्छी किसान हूँ क्योंकि मुझे धरती से बहुत प्यार है,” उन्होंने कहा। अपने वर्तमान जीवन में, जोन को अपने बगीचों में काम करना बहुत पसंद है, जहाँ उन्हें शांति मिलती है और व्यस्त शो-बिजनेस जीवन से राहत मिलती है।
मैंने उसे धीरे से जगाया। उसका दुख धीरे-धीरे कम होने लगा था। वह समझ गई थी कि उसकी प्यारी माँ, जो 1835 के इंग्लैंड में उसकी छोटी बेटी थी, सदियों से उसकी आत्मिक साथी थी। भले ही वे अब एक बार फिर अलग हो गए थे, जोन जानती थी कि वे किसी और समय और किसी और स्थान पर फिर से एक साथ होंगे।

जोआन के अनुभव से अनभिज्ञ एलिजाबेथ, मेरे पास इसी तरह के उपचार की तलाश में आई। क्या उसे भी अपनी प्रिय माँ मिल पाएगी?
इसी बीच, उसी दफ्तर में और उसी कुर्सी पर, एलिजाबेथ से केवल कुछ दिनों के मामूली अंतराल से अलग, एक और नाटक चल रहा था।
पेड्रो पीड़ा से ग्रस्त था। उसका जीवन दुख, अनकहे रहस्यों और छिपी हुई इच्छाओं से बोझिल था।
और उनके जीवन की सबसे महत्वपूर्ण मुलाकात चुपचाप लेकिन तेजी से नजदीक आ रही थी।

□□□□□□ 5

□□ □□□ □□ □□□□ □□□ □□ □□□□ □□□□
□□□□□ □□□□ □□ □□ □□□□□ □□ □□□□ □□□□, □□ □□□□
□□□□ □□ □□□□ □□ □□□□□□ □□□□ □□□; □□ □□□□ □□□□□ □□□□□ □□: “□□ □□□□!”
□□ □□□, □□ □□□ □□□□ □□□□□ □□□□ □□ □□□□□ □□ □□□
□□□ □□□□ □□ □□□□□□ □□□ □□□□ □□; □□□□ □□□□□ □□□□□ □□□ □□ □□…
□□□ □□□□□ □□ □□□□□□ □□□□ □□□ □□□□□
□□□□ □□□□□ □□ □□□□□ □□ □□□□□□ □□ □□□□□□□□□ □□□□□ □□ □□□□ □□□ □□… "□□□□ □□□□□□□ □□□□ □□□□ □□□ □□, □□ □□□ □□□□ □□□ □□□□ □□□!" □□□□ □□□□□ □□□ □□□□ □□□□□ □□ □□□□□□ □□ □□□□□ □□□, □□□ □□ □□□ □□□ □□□ □□□□-□□□□□□, □□□□□ □□□□ □□□□□ □□□□ □□: “□□□ □□ □□□, □□□□□ □□□□ □□ □□□□□ □□!” □□ □□□□ □□□□□ □□ □□□□□ □□□
□□□□□□ □□□□□□
□□□□□□ □□ □□□□ □□□□□□□ □□□□□□□□ □□□□□ □□, □□□□□ □□□□□ □□□□ □□ □□□□ □□□□ □□□□ □□□□, □□□□□□ □□□□ □□□□□ □□ □□□□□□□ □□□□ □□□□□ □□□□, □□ □□□-□□□ □□□□ □□□ □□ □□□□ □□□□ □□□□ □□□□□□ □□ □□□ □□□□□ □□ □□□□ □□□ □□ □□□□□□ □□ □□□ □□ □□□□ □□□ □□, □□□□□ □□ □□□□□ □□□□ □□□□□□□□ □□□□ □□□ □□ □□□□□ □□□ □□□□□□□□ □□□ □□□□□□ □□ □□ □□□
□□□□□ □□□ □□ □□□□□□ □□ □□□ □□□□□□ □□ □□□□ □□□ □□□□ □□□□□ □□ □□□□ □□□□□□ □□□□□□□□□□ □□ □□□□ □□□□□ □□ □□□ □□□ □□□□ □□□ □□□ □□□□ □□ □□□□□□□ □□□□□ □□□□ □□□ □□ □□□□ □□□ □□ □□□□□□ □□ □□□ □□ □□□□□□□□□□□ □□□□□□ □□□ □□ □□□□ □□□ □□ □□ □□□□□□□□□□ □□□□□

की यादों को जागृत करता है। पहले हुए नुकसानों के संचयी शोक से हमारा दुख और भी बढ़ जाता है।
अपने पूर्व जन्मों के शोध में मैंने पाया कि इन हानियों के दायरे को विस्तृत करने की आवश्यकता है। हम केवल बचपन तक ही सीमित नहीं रह सकते। इससे पहले के जन्मों की हानियों को भी शामिल करना आवश्यक है। हमारी कुछ सबसे दुखद हानियाँ और सबसे गहन शोक हमारे जन्म से पहले ही घटित हो चुके हैं।
सबसे पहले, मुझे पेड्रो के जीवन के बारे में और अधिक जानने की आवश्यकता थी। मुझे भविष्य के सत्रों की दिशा तय करने के लिए कुछ महत्वपूर्ण बिंदुओं की आवश्यकता थी।
मैंने पूछा, “अपने बारे में कुछ बताइए। आपका बचपन, आपका परिवार, और जो कुछ भी आपको महत्वपूर्ण लगता है। मुझे वह सब कुछ बताइए जो आपको लगता है कि मुझे जानना चाहिए।”
पेड्रो ने गहरी साँस ली और बड़ी, मुलायम कुर्सी पर आराम से बैठ गया। उसने अपनी टाई ढीली की और कमीज़ का ऊपर वाला बटन खोल दिया। उसकी शारीरिक मुद्रा से मुझे समझ आ गया कि यह उसके लिए आसान नहीं होगा।
पेड्रो एक बेहद संपन्न परिवार से थे, आर्थिक और राजनीतिक दोनों ही दृष्टि से। उनके पिता का एक बड़ा व्यवसाय और कई कारखाने थे।
वे शहर के ऊपर पहाड़ियों में, एक सुरक्षित, चारदीवारी वाली बस्ती में बने एक शानदार घर में रहते थे।
पेड्रो ने शहर के सबसे बेहतरीन निजी स्कूलों में पढ़ाई की थी। उसने शुरुआती कक्षाओं से ही अंग्रेजी का अध्ययन किया था और मियामी में कई वर्षों तक रहने के बाद उसकी अंग्रेजी उत्कृष्ट हो गई थी। वह तीन बच्चों में सबसे छोटा था। उसकी बहन सबसे बड़ी थी और यद्यपि वह उससे चार साल बड़ी थी, पेड्रो उसकी बहुत रक्षा

करता था। उसका भाई उससे दो साल बड़ा था और पेड्रो का बहुत करीबी था।
पेड्रो के पिता बहुत मेहनत करते थे और आमतौर पर देर रात तक घर नहीं लौटते थे। उनकी माँ, आयाएँ, नौकरानियाँ और अन्य कर्मचारी घर का कामकाज संभालते थे और बच्चों की देखभाल करते थे।
पेड्रो ने कॉलेज में बिजनेस की पढ़ाई की। उसकी कई गर्लफ्रेंड थीं, लेकिन कोई भी गंभीर रिश्ता नहीं था।
पेड्रो ने आगे कहा, "पता नहीं क्यों, मेरी माँ को मेरी गर्लफ्रेंड्स कभी पसंद नहीं आती थीं। वह हमेशा कोई न कोई कमी निकाल लेती थीं और मुझे कभी भूलने नहीं देती थीं।"
इस समय, पेड्रो असहज होकर चारों ओर देखने लगा।
मैंने पूछा, “यह क्या है?”
उसने तुरंत प्रतिक्रिया नहीं दी, बोलने से पहले उसने कई बार निगलने की कोशिश की।
“विश्वविद्यालय में अपने आखिरी साल के दौरान मेरा एक बड़ी उम्र की महिला के साथ अफेयर था,” उसने धीरे से मुझे बताया। “वह मुझसे बड़ी थी... और शादीशुदा थी।” पेड्रो रुका।
कुछ क्षण बाद मैंने चुप्पी तोड़ने के लिए जवाब दिया, "ठीक है।" मैं उसकी बेचैनी महसूस कर सकता था, और इतने वर्षों के अनुभव के बावजूद, मुझे यह एहसास अच्छा नहीं लगा। "क्या उसके पति को पता चल गया?"
“नहीं,” उसने उत्तर दिया, “उसने ऐसा नहीं किया।”
मैंने उसे दिलासा देने की कोशिश करते हुए, स्पष्ट बात कहते हुए कहा, "हालात और भी बदतर हो सकते थे।"
“अभी और भी बहुत कुछ है,” उसने चेतावनी भरे लहजे में कहा।

मैंने सिर हिलाया और पेड्रो के मुझे पूरी बात बताने का इंतजार करने लगा।
“वह गर्भवती हो गई थी… गर्भपात हो गया। मेरे माता-पिता को इसके बारे में पता नहीं है।” उसकी नज़रें नीचे झुकी हुई थीं। प्रेम प्रसंग और गर्भपात के वर्षों बाद भी वह शर्मिंदा और अपराधबोध से ग्रस्त था।
“मैं समझ गई,” मैंने कहना शुरू किया। “क्या मैं आपको बता सकती हूँ कि मैंने गर्भपात के बारे में क्या सीखा है?” मैंने उनसे पूछा।
उन्होंने सहमति में सिर हिलाया। उन्हें सम्मोहन और पूर्व जन्मों पर मेरे शोध के बारे में जानकारी थी।
“गर्भपात, या गर्भस्राव, आमतौर पर माँ और गर्भ में प्रवेश करने वाली आत्मा के बीच एक समझौते पर आधारित होता है। या तो शिशु का शरीर आने वाले जीवन में अपनी निर्धारित जिम्मेदारियों को पूरा करने के लिए पर्याप्त स्वस्थ नहीं होता,” मैंने आगे कहा, “या फिर समय इसके उद्देश्यों के लिए उपयुक्त नहीं होता, या फिर बाहरी परिस्थितियाँ बदल जाती हैं, जैसे कि पिता का परित्याग, जबकि शिशु या माँ की योजनाओं के लिए एक पिता की आवश्यकता होती है। क्या आप समझ रहे हैं?”
“हाँ,” उसने सिर हिलाया, लेकिन वह आश्वस्त नहीं लग रहा था। मैं जानता था कि उसकी मज़बूत कैथोलिक पृष्ठभूमि उसके अपराधबोध और शर्मिंदगी के समाधान को और अधिक कठिन बना सकती है। कभी-कभी हमारी पुरानी, अटल मान्यताएँ नए ज्ञान को ग्रहण करने में बाधा डालती हैं।
मैंने मूल बातों पर ध्यान दिया।

मैंने समझाया, “मैं आपको केवल अपने शोध के बारे में बताऊँगा, न कि दूसरों से सुनी या पढ़ी हुई बातों के बारे में। यह जानकारी मुझे मेरे मरीज़ों से मिली है, आमतौर पर जब वे गहरी सम्मोहन अवस्था में होते हैं। कभी-कभी ये शब्द उनके अपने होते हैं, और कभी-कभी ऐसा लगता है कि ये किसी अन्य, उच्चतर स्रोत से आ रहे हैं।”
पेड्रो ने फिर से सिर हिलाया, कुछ नहीं बोला।
“मेरे मरीज़ मुझे बताते हैं कि आत्मा शरीर में तुरंत प्रवेश नहीं करती। गर्भधारण के समय के आसपास, आत्मा द्वारा एक विशेष शरीर आरक्षित कर लिया जाता है। कोई अन्य आत्मा उस शरीर को धारण नहीं कर सकती। जिस आत्मा ने उस विशेष शिशु के शरीर को आरक्षित किया है, वह अपनी इच्छा अनुसार शरीर में आ-जा सकती है। वह किसी बंधन में नहीं बंधी होती। यह कोमा में पड़े लोगों के समान है,” मैंने आगे कहा।
पेड्रो ने सहमति में सिर हिलाया, अभी भी कुछ नहीं बोला बल्कि ध्यान से सुन रहा था।
मैंने आगे कहा, "गर्भावस्था के दौरान, आत्मा धीरे-धीरे बच्चे के शरीर से अधिकाधिक जुड़ती जाती है, लेकिन यह जुड़ाव जन्म के समय तक, या तो जन्म से कुछ समय पहले, जन्म के दौरान, या जन्म के तुरंत बाद तक पूर्ण नहीं होता है।"
मैंने अपनी हथेलियों के आधार पर हाथों को जोड़कर, नब्बे डिग्री का कोण बनाकर इस अवधारणा पर बल दिया। फिर मैंने धीरे-धीरे अपने हाथों को इस प्रकार बंद किया कि मेरी हथेलियों और उंगलियों का शेष भाग आपस में मिल गया, जैसे प्रार्थना के लिए सार्वभौमिक हस्त मुद्रा होती है, जो आत्मा के शरीर से धीरे-धीरे जुड़ने का प्रतीक है।

मैंने आगे कहा, “आप कभी किसी आत्मा को हानि नहीं पहुँचा सकते या मार नहीं सकते। आत्मा अमर और अविनाशी है। अगर यही योजना है, तो वह वापस लौटने का रास्ता खोज लेगी।”
“तुम्हारा क्या मतलब है?” पेड्रो ने पूछा।
"मेरे पास ऐसे मामले आए हैं जहां गर्भपात या गर्भस्राव के बाद वही आत्मा, अगले बच्चे के रूप में उन्हीं माता-पिता के पास लौट आती है।"
“अविश्वसनीय!” पेड्रो ने जवाब दिया। अब उसका चेहरा पहले से ज़्यादा खिल उठा था, उतना दोषी या शर्मिंदा नहीं लग रहा था। मैंने आगे कहा, "क्या पता क्या हो जाए।"
कुछ क्षण सोचने के बाद, पेड्रो ने फिर से आह भरी और अपने पैरों को मोड़कर अपनी पैंट ठीक की। हम एक बार फिर इतिहास दर्ज करने के मोड में लौट आए थे।
“उसके बाद क्या हुआ?” मैंने पूछा।
“स्नातक होने के बाद, मैं घर वापस आ गया। पहले मैंने कारखानों में काम किया और व्यवसाय के बारे में और अधिक सीखा। बाद में मैं यहाँ और विदेश में व्यवसाय चलाने के लिए मियामी आ गया। तब से मैं यहीं हूँ,” उन्होंने बताया।
“व्यापार कैसा चल रहा है?”
"बहुत अच्छा, लेकिन इसमें मेरा बहुत समय लग जाता है।"
"क्या यह कोई बड़ी समस्या है?"
“इससे मेरी प्रेम कहानी में कोई मदद नहीं मिलती,” पेड्रो ने मुस्कुराते हुए कहा। वह पूरी तरह से मज़ाक नहीं कर रहा था। अब उनतीस साल का हो चुका पेड्रो महसूस कर रहा था कि प्यार पाने, शादी करने और परिवार बसाने का समय उसके हाथ से निकल रहा है। समय तो बीत रहा है, लेकिन कोई उम्मीद नज़र नहीं आ रही।

क्या आपके महिलाओं के साथ संबंध हैं?
“हाँ,” उसने जवाब दिया, “लेकिन कुछ खास नहीं। मुझे अभी तक प्यार नहीं हुआ है… उम्मीद है हो जाए,” उसने थोड़ी चिंता भरी आवाज़ में कहा। “मुझे बहुत जल्द मेक्सिको लौटना होगा और वहाँ रहना होगा,” पेड्रो ने सोचा, “अपने भाई की ज़िम्मेदारियाँ संभालने के लिए। शायद वहाँ किसी से मिल जाऊँ,” उसने बिना किसी विश्वास के कहा।
मुझे आश्चर्य हुआ कि क्या पेड्रो की प्रेमिकाओं के बारे में उसकी माँ की आलोचनाएँ और प्रेम प्रसंग तथा गर्भपात का अनुभव एक प्रेमपूर्ण और घनिष्ठ संबंध में मनोवैज्ञानिक बाधाएँ थीं। मैंने सोचा, हम इन मुद्दों पर बाद में विचार करेंगे।
मैंने माहौल को हल्का करते हुए और जानकारी जुटाना जारी रखते हुए पूछा, "और मेक्सिको में आपका परिवार कैसा है?"
“वे ठीक हैं। मेरे पिता अब सत्तर वर्ष से अधिक के हैं, इसलिए मैं और मेरा भाई-” पेड्रो अचानक रुक गया। उसने गहरी साँस ली और फिर बोलना शुरू किया। “इसलिए व्यवसाय में मेरी ज़िम्मेदारी बढ़ गई है,” उसने शांत स्वर में कहा।
“मेरी माँ भी ठीक हैं।” उन्होंने अपने जवाब में सुधार करने से पहले थोड़ा रुककर कहा, “लेकिन वे दोनों ही इस मृत्यु को अच्छी तरह से सहन नहीं कर पा रही हैं। इससे उन पर बहुत बुरा असर पड़ा है। वे काफी बूढ़ी हो गई हैं।”
और तुम्हारी बहन?
"वह भी दुखी है, लेकिन उसके पास उसका पति और बच्चे हैं," पेड्रो ने समझाया।
मैंने सहमति में सिर हिलाया। उसके पास तनाव से निपटने के लिए और भी कई तरीके थे।

पेड्रो का शारीरिक स्वास्थ्य उत्तम था। उनकी एकमात्र शिकायत गर्दन और बाएं कंधे में रुक-रुक कर होने वाला दर्द था, लेकिन यह समस्या काफी लंबे समय से मौजूद थी और डॉक्टरों को इसमें कुछ भी असामान्य नहीं मिला था।
"मैंने इसके साथ जीना सीख लिया है," पेड्रो ने मुझसे कहा।
मुझे समय का एहसास हुआ। घड़ी देखकर पता चला कि हम बीस मिनट लेट हो गए थे। मेरी आंतरिक अलार्म घड़ी आमतौर पर कहीं अधिक भरोसेमंद होती है।
मैं पेड्रो की कहानी के नाटकीय घटनाक्रम में पूरी तरह से डूबा हुआ था, मैंने मन ही मन सोचा, इस बात से अनजान कि इससे भी अधिक रोचक घटनाक्रम अब सामने आने शुरू होने वाले थे।

वियतनामी बौद्ध भिक्षु और दार्शनिक थिच न्हाट हान ने एक अच्छी चाय का आनंद लेने के बारे में लिखा है। चाय का आनंद लेने के लिए आपको पूरी तरह से वर्तमान में जागरूक होना चाहिए। केवल वर्तमान की जागरूकता में ही आपके हाथ प्याले की सुखद गर्माहट महसूस कर सकते हैं। केवल वर्तमान में ही आप सुगंध का स्वाद ले सकते हैं, मिठास का अनुभव कर सकते हैं, उसकी कोमलता को समझ सकते हैं। यदि आप अतीत के बारे में सोच रहे हैं या भविष्य की चिंता कर रहे हैं, तो आप चाय का आनंद लेने के अनुभव से पूरी तरह वंचित रह जाएंगे। आप प्याले की ओर देखेंगे और चाय खत्म हो जाएगी।
जीवन ऐसा ही है। अगर आप पूरी तरह से वर्तमान में नहीं हैं, तो आप देखेंगे कि यह कब का बीत चुका है। आप जीवन के एहसास, सुगंध, कोमलता और सुंदरता को खो देंगे। ऐसा लगेगा जैसे जीवन आपके सामने से तेज़ी से गुज़र रहा है।

बीता हुआ कल बीत चुका है। उससे सीखो और उसे जाने दो। भविष्य अभी आया ही नहीं है। उसके लिए योजना बनाओ, लेकिन उसके बारे में चिंता करके अपना समय बर्बाद मत करो। चिंता करना व्यर्थ है। जब तुम बीते हुए कल के बारे में सोचना बंद कर दोगे, जब तुम उन चीजों की चिंता करना बंद कर दोगे जो शायद कभी न हों, तब तुम वर्तमान क्षण में रहोगे। तब तुम जीवन में आनंद का अनुभव करने लगोगे।

अध्याय 6

मेरा मानना है कि जब कोई व्यक्ति मरता है तो उसकी आत्मा लौट जाती है।
फिर से धरती पर; किसी नए रूप में, एक और माँ उसे जन्म देती है।
मजबूत अंगों और तेज दिमाग के साथ, पुरानी आत्मा अपना रास्ता तय करती है।
दोबारा।
जॉन मेसफील्ड
पेड्रो एक सप्ताह बाद अपनी दूसरी मुलाकात के लिए कार्यालय लौटा। दुःख अब भी उसे सता रहा था, जिससे उसके जीवन के छोटे-छोटे सुख छिन रहे थे और उसकी नींद भी भंग हो रही थी। उसने मुझे पिछले सप्ताह में दो बार देखे गए एक असामान्य सपने के बारे में बताना शुरू किया।
"मैं किसी और चीज के बारे में सपना देख रहा था कि अचानक एक बुजुर्ग महिला प्रकट हुई," पेड्रो ने बताया।
मैंने पूछा, "क्या आपने उस महिला को पहचाना?"
“नहीं,” उसने तुरंत जवाब दिया। “वह साठ या सत्तर वर्ष की लग रही थी। उसने एक सुंदर सफेद पोशाक पहनी हुई थी, लेकिन वह शांत नहीं थी। उसका चेहरा पीड़ा से भरा था। उसने मेरी ओर हाथ बढ़ाया और बार-बार वही शब्द दोहराती रही।”
उसने क्या कहा?
“उसका हाथ थाम लो... उसका हाथ थाम लो। तुम्हें पता चल जाएगा। उससे संपर्क करो। उसका हाथ थाम लो।” उसने यही कहा था।
“किसका हाथ पकड़ूँ?”
मुझे नहीं पता। उसने बस इतना कहा, 'उसका हाथ पकड़ो।'

"क्या सपने में और भी कुछ था?"
"नहीं, ऐसा नहीं है। लेकिन मैंने यह जरूर देखा कि उसके एक हाथ में सफेद पंख था।"
मैंने पूछा, "इसका क्या मतलब है?"
"आप डॉक्टर हैं," पेड्रो ने मुझे याद दिलाया।
हां, मैंने सोचा। मैं डॉक्टर हूं। मुझे पता था कि प्रतीकों का लगभग कुछ भी अर्थ हो सकता है, यह सपने देखने वाले के अनूठे अनुभवों के साथ-साथ कार्ल जंग द्वारा वर्णित सार्वभौमिक मूलरूपों या सिगमंड फ्रायड के लोकप्रिय प्रतीकों पर भी निर्भर करता है।
यह सपना किसी तरह फ्रायडियन जैसा नहीं लगा।
मैंने "आप डॉक्टर हैं" वाली टिप्पणी और उसके जवाब देने की अंतर्निहित आवश्यकता का जवाब दिया।
मैंने सच्चाई से जवाब दिया, "मुझे पक्का नहीं पता। इसका मतलब कई चीजें हो सकती हैं। सफेद पंख शांति का प्रतीक हो सकता है, या आध्यात्मिक अवस्था का, या और भी कई चीजों का।"
मुझे सपने की पड़ताल करनी होगी,” मैंने आगे कहा, और इसकी व्याख्या को भविष्य के लिए टाल दिया।
“मुझे कल रात फिर वही सपना आया,” पेड्रो ने कहा।
“वही महिला?”
“वही महिला, वही शब्द, वही पंख,” पेड्रो ने स्पष्ट किया। “'उसका हाथ थाम लो... उसका हाथ थाम लो। उसकी ओर हाथ बढ़ाओ। उसका हाथ थाम लो।'”
मैंने सुझाव दिया, "शायद प्रतिगमन के दौरान जवाब मिल जाएंगे। क्या आप तैयार हैं?"

उसने सिर हिलाया, और हमने शुरू किया... मुझे पहले से ही पता था कि पेड्रो सम्मोहन के गहरे स्तर तक पहुँच सकता है क्योंकि मैंने उसकी आँखों की जाँच की थी।
आंखों को ऊपर की ओर घुमाने, सिर के ऊपरी हिस्से को देखने की कोशिश करने और फिर आंखों को ऊपर की ओर देखते हुए पलकों को धीरे- धीरे नीचे गिरने देने की क्षमता, गहरी सम्मोहन अवस्था में जाने की क्षमता से अत्यधिक संबंधित है।
मैं यह मापता हूँ कि आँख के शीर्ष पर पहुँचने पर आँख का कितना सफेद भाग (स्क्लेरा) दिखाई देता है। मैं यह भी देखता हूँ कि पलकें धीरे-धीरे बंद होते समय कितना सफेद भाग दिखाई देता है। जितना अधिक सफेद भाग दिखाई देगा, व्यक्ति उतना ही गहराई तक जा सकता है।
जब मैंने पेड्रो की जांच की, तो उसकी आंखें लगभग उसके सिर में समा गई थीं। उसकी आंख की पुतली का केवल सबसे छोटा हिस्सा, यानी रंगीन भाग, ही दिखाई दे रहा था। उसकी पलकें बंद होते ही पुतली बिल्कुल भी नीचे नहीं उतरी। वह गहरी समाधि की अवस्था में पहुंच सकता था।
मुझे थोड़ी हैरानी हुई जब पेड्रो को आराम करने में कठिनाई हुई। चूंकि आंखों को घुमाने वाला परीक्षण गहरी विश्राम की शारीरिक क्षमता और सम्मोहन के गहन स्तर तक पहुंचने की क्षमता को मापता है, इसलिए मैं समझ गया कि उसका दिमाग हस्तक्षेप कर रहा है। कभी- कभी जो मरीज़ नियंत्रण में रहने के आदी होते हैं, उन्हें शुरू में पूरी तरह से मुक्त होने में थोड़ी हिचकिचाहट होती है।
“बस आराम करो,” मैंने उसे सलाह दी। “मन में जो भी विचार आ रहे हों, उनकी चिंता मत करो। आज तुम्हें कुछ अनुभव हो या न हो, कोई फर्क नहीं पड़ता। यह अभ्यास है,” मैंने उसकी चिंता दूर करने की

कोशिश करते हुए कहा। मैं जानता था कि वह अपने भाई को ढूंढने के लिए बेताब था।
जैसे-जैसे मैं बोलता गया, पेड्रो और अधिक शांत होता गया। वह एक गहरी अवस्था में प्रवेश करने लगा। उसकी साँसें धीमी हो गईं और उसकी मांसपेशियाँ शिथिल हो गईं। ऐसा लगा जैसे वह सफेद चमड़े की रिक्लाइनर कुर्सी में और भी गहराई से धंस रहा हो। उसकी बंद पलकों के नीचे उसकी आँखें धीरे-धीरे हिलने लगीं और वह छवियों की कल्पना करने लगा।
मैंने उसे धीरे-धीरे अतीत में वापस ले गया।
“सबसे पहले, बस उस आखिरी सुखद भोजन को याद करो जो तुमने खाया था।
अपनी सभी इंद्रियों का उपयोग करो। पूरी तरह से याद करो। देखो कि तुम्हारे साथ कौन-कौन था। अपनी भावनाओं को याद करो,” मैंने निर्देश दिया।
उसने ऐसा किया, लेकिन उसे सिर्फ एक नहीं बल्कि कई भोजन याद थे। वह अब भी खुद पर नियंत्रण बनाए रखने की कोशिश कर रहा था।
मैंने आग्रह किया, “और भी अधिक आराम करो। सम्मोहन केवल एकाग्रता का एक रूप है। आप कभी भी नियंत्रण नहीं छोड़ते। आप हमेशा नियंत्रण में रहते हैं। सभी सम्मोहन स्व-सम्मोहन है।”
उसकी सांसें और भी गहरी हो गईं।
मैंने उससे कहा, “तुम हमेशा नियंत्रण में हो। अगर कभी किसी स्मृति या अनुभव के दौरान तुम्हें घबराहट हो, तो तुम उससे ऊपर उठकर दूर से देख सकते हो, जैसे कोई फिल्म देखते हो। या तुम उस दृश्य से पूरी तरह बाहर निकलकर कहीं भी जा सकते हो, समुद्र तट, अपना घर या कोई भी सुरक्षित जगह की कल्पना कर सकते हो। अगर तुम्हें बहुत बेचैनी हो, तो तुम अपनी आँखें खोल सकते हो और चाहो तो वापस यहीं जागते और सचेत हो जाओगे।”

मैंने आगे कहा, “यह स्टार ट्रेक नहीं है। आपको कहीं भी बीम नहीं किया जाता। ये सिर्फ यादें हैं, बाकी यादों की तरह, ठीक वैसे ही जैसे आपको स्वादिष्ट भोजन याद हैं। आप हमेशा नियंत्रण में रहते हैं।”
अब उसने मुझे जाने दिया। मैंने उसे उसके बचपन की याद दिला दी और पेड्रो के चेहरे पर एक बड़ी मुस्कान आ गई।
“मुझे खेत में कुत्ते और घोड़े दिखाई दे रहे हैं,” उन्होंने मुझसे कहा। उनके परिवार का शहर से कुछ घंटे की दूरी पर एक खेत था, और उन्होंने वहां कई खुशनुमा सप्ताहांत और छुट्टियां बिताई थीं।
परिवार साथ था। उसका भाई ज़िंदादिल, जीवंत और हंसमुख था। मैं कुछ पल चुप रहा, ताकि पेड्रो इस बचपन की याद का और आनंद ले सके। मैंने पूछा, "क्या आप और भी पीछे जाने के लिए तैयार हैं?" "हाँ।"
“अच्छा। चलो देखते हैं कि तुम्हें पिछले जन्म की कोई बात याद है या नहीं।” मैंने पाँच से एक तक उल्टी गिनती गिनी, और पेड्रो ने कल्पना की कि वह एक शानदार दरवाजे से होकर किसी दूसरे समय और स्थान में, अपने पिछले जन्म में जा रहा है।
जैसे ही मैं नंबर एक पर पहुंचा, मैंने देखा कि उसकी आंखें बेतहाशा फड़फड़ा रही थीं। वह तुरंत घबरा गया। वह रोने लगा।
“यह भयानक है… भयानक!” वह हांफते हुए बोला। “सब मारे गए… सब मर गए।” शवों के अवशेष चारों ओर बिखरे पड़े थे। आग ने गांव को, उसके अजीबोगरीब गोल तंबुओं के साथ, पूरी तरह से नष्ट कर दिया था। केवल एक तंबू सही सलामत बचा था, जो तबाही और विनाश के किनारे पर बेमेल ढंग से खड़ा था। उसके रंगीन झंडे और बड़े सफेद पंख ठंडी धूप में बेतहाशा फड़फड़ा रहे थे।

घोड़े, मवेशी और बैल सब गायब हो गए थे। यह स्पष्ट था कि इस नरसंहार में कोई भी जीवित नहीं बचा था। पूरब से आए "कायरों" ने ही यह सब किया था।
“कोई दीवार, कोई सरदार उन्हें मुझसे नहीं बचा पाएगा,” पेड्रो ने कसम खाई। बदला बाद में लिया जाएगा। वह सुन्न, निराश और हताश था। मैंने वर्षों के अनुभव से सीखा है कि पहली बार प्रतिगमन प्रक्रिया से गुजरने वाले लोग अक्सर अपने जीवन की सबसे दर्दनाक घटना की ओर आकर्षित होते हैं। ऐसा इसलिए होता है क्योंकि उस आघात की भावना उनके मन पर बहुत गहराई से अंकित होती है और आत्मा द्वारा भविष्य के जन्मों में भी बनी रहती है।
मैं और अधिक जानना चाहता था। इस भयावह घटना से पहले क्या हुआ था? इसके बाद क्या हुआ?
मैंने आग्रह किया, “उस जीवनकाल में समय में पीछे जाओ। खुशनुमा पलों में वापस जाओ। तुम्हें क्या याद है?”
“यहाँ बहुत सारे तंबू हैं… हम एक शक्तिशाली जनजाति हैं,” उसने उत्तर दिया। “मैं यहाँ खुश हूँ।” पेड्रो ने एक खानाबदोश जनजाति का वर्णन किया जो शिकार और पशुपालन करती थी। उसके माता-पिता नेता थे, और वह एक कुशल घुड़सवार और शिकारी था।
उन्होंने कहा, “ये घोड़े बहुत तेज दौड़ते हैं। ये छोटे कद के होते हैं लेकिन इनकी पूंछ बड़ी होती है।”
उसने अपने लोगों में सबसे सुंदर लड़की से विवाह किया, जिसके साथ वह बचपन में खेला करता था और जिसे वह बचपन से ही प्यार करता था। वह पड़ोसी सरदार की बेटी से भी विवाह कर सकता था, लेकिन उसने प्रेम के लिए विवाह किया।
मैंने पूछा, “इस भूमि का नाम क्या है?”
वह हिचकिचाया। "मुझे लगता है आप इसे मंगोलिया कहते हैं।"

मुझे पता था कि जब पेड्रो वहाँ था, तब मंगोलिया का नाम शायद बहुत अलग था। भाषा भी बिल्कुल अलग थी। तो उस समय के पेड्रो को मंगोलिया शब्द कैसे पता था? क्योंकि वह याद कर रहा था, उसकी यादें उसके वर्तमान मन से छनकर आ रही थीं।
यह प्रक्रिया फिल्म देखने के समान है। वर्तमान मन पूरी तरह से सचेत रहता है, देखता है और उस पर टिप्पणी करता है। मन फिल्म के पात्रों और विषयों की तुलना वर्तमान जीवन से करता है। रोगी एक ही समय में फिल्म का दर्शक, आलोचक और नायक होता है। रोगी इतिहास और भूगोल के अपने वर्तमान ज्ञान का उपयोग करके स्थानों और घटनाओं की तिथि और स्थान निर्धारित करने में सक्षम होता है। पूरी फिल्म के दौरान वह गहरी सम्मोहन अवस्था में रह सकता है। पेड्रो को सदियों पहले के मंगोलिया की यादें स्पष्ट रूप से याद थीं, फिर भी वह अंग्रेजी बोल सकता था और याद करते हुए मेरे सवालों के जवाब दे सकता था।
क्या आपको अपना नाम पता है?
फिर से वह हिचकिचाया। "नहीं, मुझे यह याद नहीं आ रहा है।"
इसके अलावा और कुछ खास नहीं था। उनके एक बच्चा हुआ था, और इस जन्म से न केवल पेड्रो और उनकी पत्नी को बल्कि उनके माता-पिता और बाकी सभी लोगों को भी बहुत खुशी मिली। उनकी पत्नी के माता- पिता दोनों शादी से कई साल पहले ही गुजर चुके थे, इसलिए वह न केवल उनकी पत्नी थीं बल्कि उनके माता-पिता के लिए बेटी भी थीं। पेड्रो बहुत थका हुआ था। वह तबाह हो चुके गाँव में वापस जाकर अपने टूटे-फूटे जीवन के अवशेषों का फिर से सामना नहीं करना चाहता था, इसलिए मैंने उसे जगाया।
जब पिछले जन्म की कोई स्मृति दर्दनाक और भावनाओं से भरी होती है, तो उसे दोबारा याद करना, और शायद तीसरी बार भी, बहुत उपयोगी

जैसे-जैसे वह बड़ी होती गई, उसका हाथ वैसा ही रहा। उसने शादी तो कर ली, लेकिन उसने अपने पति को इस अनुभव के बारे में कभी नहीं बताया क्योंकि यह बहुत बचकाना लगता था।
जब वह अपने पहले बच्चे के साथ गर्भवती हुई, तो वह हाथ गायब हो गया। उसे अपने प्यारे और परिचित साथी की बहुत याद आई। अब कोई ऐसा हाथ नहीं था जो उसे उसी प्यार से थाम सके।
उसकी बच्ची का जन्म हुआ, एक सुंदर बेटी। जन्म के कुछ ही समय बाद, जब वे दोनों साथ में बिस्तर पर लेटी थीं, बच्ची ने उसका हाथ थाम लिया। अचानक, उस पुरानी जानी-पहचानी भावना का एक तीव्र अहसास उसके मन और शरीर में उमड़ पड़ा।
उसका रक्षक लौट आया था। वह खुशी से रो पड़ी और उसके मन में प्रेम और एक ऐसे जुड़ाव का गहरा एहसास हुआ जो शारीरिक सीमाओं से कहीं परे था।

अध्याय 7

क्या तुम वही धर्मपरायण कन्या थी जो पहले कभी थी?
मैंने घृणा से भरी धरती को त्याग दिया, हे सत्य बताओ,
और क्या तुम एक बार फिर हमसे मिलने आओगे?
या फिर क्या तुम ही वो प्यारे मुस्कुराते हुए युवक थे? . . .
या उस दिव्य संतान में से कोई और
क्या दुनिया की भलाई के लिए बादलों से घिरे सिंहासन पर बैठकर निराश होना पड़ेगा?
या तुम सुनहरे पंखों वाले सैनिकों में से होते?
जिसने अपने आप को मानव वस्त्रों से ढक लिया है,
तूने अपने पूर्वनिर्धारित स्थान से पृथ्वी पर प्रस्थान किया और थोड़ी देर ठहरने के बाद तेज़ी से वापस उड़ जाओ।
मानो यह दिखाने के लिए कि स्वर्ग में किस प्रकार के प्राणी उत्पन्न होते हैं;
जिससे मनुष्यों के दिलों में आग लग जाए,
इस घृणित संसार को तुच्छ समझकर स्वर्ग की आकांक्षा रखना?
जॉन मिल्टन
तीसरी बार जब एलिजाबेथ मेरे क्लिनिक में आई तो वह पहले से कम उदास लग रही थी। उसकी आँखें पहले से ज़्यादा चमक रही थीं। “मुझे हल्कापन महसूस हो रहा है,” उसने मुझसे कहा। “मैं अधिक स्वतंत्र महसूस कर रही हूँ…” नाव से बहकर दूर चले गए उस छोटे लड़के के रूप में उसकी संक्षिप्त यादें उसके कुछ भयों को दूर करने लगी थीं। न केवल पानी या अंधेरे का भय, बल्कि उससे भी गहरे और बुनियादी भय, मृत्यु और विलुप्ति का भय।

वह उस लड़के के रूप में मर गई थी, और फिर भी वह यहाँ एलिजाबेथ के रूप में फिर से प्रकट हुई थी। अवचेतन स्तर पर, उसका दुख शायद कम हो रहा था क्योंकि उसे यह ज्ञान था कि वह पहले भी जी चुकी है और फिर से जिएगी, कि मृत्यु अंतिम नहीं है।
और अगर वह नए शरीर में फिर से तरोताज़ा होकर लौट सकती है, तो उसके प्रियजन भी लौट सकते हैं। हम सब भी पुनर्जन्म लेकर इस धरती पर जीवन के सुख-दुख, विजय-विजय और त्रासदी का सामना कर सकते हैं। एलिजाबेथ तुरंत गहरी सम्मोहन अवस्था में चली गई। कुछ ही मिनटों में, उसकी बंद पलकों के नीचे उसकी आँखें इधर-उधर घूम रही थीं, मानो वह एक प्राचीन दृश्य का अवलोकन कर रही हो।
“रेत कितनी सुंदर है,” उसने कहना शुरू किया, दक्षिणी अमेरिका में एक मूल अमेरिकी के रूप में बिताए अपने जीवन को याद करते हुए, शायद फ्लोरिडा के पश्चिमी तट पर। “यह इतनी सफेद है... कभी-कभी तो गुलाबी सी लगती है... यह इतनी महीन है, जैसे चीनी।” वह एक पल के लिए रुकी। “सूरज विशाल समुद्र के ऊपर अस्त होता है। पूर्व में बड़े-बड़े दलदल हैं, जिनमें कई पक्षी और जानवर रहते हैं। दलदल और समुद्र के बीच कई छोटे-छोटे द्वीप हैं। पानी में अच्छी मछलियाँ भरी पड़ी हैं। हम नदियों में और द्वीपों के बीच मछलियाँ पकड़ते हैं।” वह फिर रुकी, फिर बोली।
“हम शांत हैं। मेरा जीवन बहुत सुखमय है। मेरा परिवार बड़ा है; ऐसा लगता है कि गाँव में मेरे कई रिश्तेदार हैं। मुझे जड़ों, पौधों और जड़ी-बूटियों का ज्ञान है।... मैं पौधों से दवाइयाँ बना सकती हूँ।... मुझे उपचार का ज्ञान है।”
मूल अमेरिकी संस्कृतियों में, औषधियों के प्रयोग या अन्य समग्र चिकित्सा पद्धतियों के लिए कोई दंड नहीं था। उन्हें डायन कहकर

डुबोने या दांव पर जला देने के बजाय, उपचार करने वालों का सम्मान किया जाता था और अक्सर उनकी पूजा की जाती थी।
मैंने उस जीवनकाल में उनका मार्गदर्शन किया, लेकिन कोई आघात नहीं हुआ। उनका जीवन शांतिपूर्ण और संतोषपूर्ण रहा। वृद्धावस्था के कारण उनका निधन हो गया, उस समय पूरा गाँव उनके आसपास मौजूद था।
अपने मुरझाए हुए बूढ़े शरीर के ऊपर तैरते हुए और नीचे के दृश्य का जायजा लेते हुए उसने कहा, "मेरी मृत्यु से बहुत कम दुख है, भले ही ऐसा लगता है कि मेरा पूरा गांव वहीं मौजूद है।"
शोक व्यक्त न किए जाने से वह ज़रा भी दुखी नहीं थी। उसके प्रति, उसके शरीर और आत्मा के प्रति, बहुत सम्मान और स्नेह था। केवल उदासी का अभाव था।
“हम मृत्यु पर शोक नहीं मनाते क्योंकि हम जानते हैं कि आत्मा शाश्वत है। यदि उसका कार्य पूरा नहीं हुआ है, तो वह फिर से मानव रूप में लौट आती है,” उन्होंने समझाया। “कभी-कभी नए शरीर की सावधानीपूर्वक जांच करके पिछले शरीर की पहचान की जा सकती है।” उन्होंने कुछ क्षण इस अवधारणा पर विचार किया। “हम उन स्थानों पर जन्मचिह्न और अन्य संकेतों की तलाश करते हैं जहां पहले घाव थे,” उन्होंने विस्तार से बताया।
“इसी प्रकार, हम जन्मों का उतना जश्न नहीं मनाते... भले ही आत्मा को पुनः देखना अच्छा लगता हो।” वह थोड़ी देर रुकी, शायद इस अवधारणा को व्यक्त करने के लिए सही शब्द ढूंढ रही थी।
“यद्यपि पृथ्वी अत्यंत सुंदर है और सभी चीजों की सामंजस्यता और परस्पर संबद्धता को निरंतर प्रदर्शित करती है... जो एक महान सीख है... यहाँ जीवन बहुत कठिन है। उच्चतर आत्मा के साथ कोई रोग नहीं, कोई पीड़ा नहीं, कोई अलगाव नहीं... कोई महत्वाकांक्षा नहीं, कोई

प्रतिस्पर्धा नहीं, कोई घृणा नहीं, कोई भय नहीं, कोई शत्रु नहीं... केवल शांति और सामंजस्य है। इसलिए लौटती हुई छोटी आत्मा ऐसे स्थान को छोड़कर प्रसन्न नहीं हो सकती। आत्मा के दुखी होने पर जश्न मनाना हमारे लिए गलत होगा। यह बहुत स्वार्थी और संवेदनहीन होगा,” उन्होंने निष्कर्ष निकाला।
उन्होंने तुरंत आगे कहा, "इसका मतलब यह नहीं है कि हम लौटती हुई आत्मा का स्वागत नहीं करते। इस नाजुक समय में अपना प्यार और स्नेह दिखाना महत्वपूर्ण है।"
बिना दुःख के मृत्यु और बिना उत्सव के जन्म की इस आकर्षक अवधारणा को समझाने के बाद, वह चुप हो गई और विश्राम करने लगी। यहां एक बार फिर पुनर्जन्म और पिछले जन्म के परिवार, मित्रों और प्रेमियों के भौतिक रूप में पुनर्मिलन की अवधारणा सामने आई। इतिहास में हर दौर में और विभिन्न संस्कृतियों में, यह अवधारणा प्रतीत होती है कि स्वतंत्र रूप से प्रकट हुई है।
उस बीते जीवन की धुंधली सी याद शायद उसे फिर से फ्लोरिडा खींच लाई, और उसके भीतरी स्तर पर उसे अपने पैतृक घर की याद दिला दी। संभवतः रेत और समुद्र, ताड़ के पेड़ों और मैंग्रोव दलदलों का एहसास उसकी आत्मा की यादों को झकझोर कर उसे अवचेतन मोह में वापस खींच लाया। क्योंकि वह जीवन अत्यंत सुखद था और उन सुखों से भरा था जो उसके वर्तमान जीवन में मौजूद नहीं हैं।
ये प्राचीन भावनाएँ ही शायद उन्हें मियामी विश्वविद्यालय में आवेदन करने के लिए प्रेरित करती थीं, जिसके कारण उन्हें छात्रवृत्ति मिली और वे मियामी में बस गईं। यह महज़ संयोग नहीं है। नियति ने उन्हें यहाँ होना तय किया था।
"क्या तुम थक गई हो?" मैंने एलिजाबेथ की ओर ध्यान देते हुए पूछा, जो अभी भी आराम से रिक्लाइनर पर लेटी हुई थी।

“नहीं,” उसने धीमी आवाज़ में उत्तर दिया।
क्या आप एक और जीवन का अनुभव करना चाहते हैं?
“हाँ।” और धीमी आवाज़ में।
एक बार फिर हम समय में पीछे चले गए, और एक बार फिर वह एक प्राचीन भूमि में प्रकट हुई।
"यह तो एक उजाड़ इलाका है," एलिजाबेथ ने चारों ओर का जायजा लेने के बाद कहा। "यहाँ ऊँचे पहाड़ हैं... धूल भरी कच्ची सड़कें हैं... व्यापारी इन सड़कों से होकर गुजरते हैं... यह पूरब और पश्चिम जाने वाले व्यापारियों का रास्ता है..."
मैंने जानकारी हासिल करने के लिए पूछा, "क्या आप उस देश को जानते हैं?"
मैं दिमाग के तार्किक या वामपंथी भाग में बहुत सारे प्रश्न पूछकर दखल देना नहीं चाहता था। ऐसे प्रश्न अनुभव की तात्कालिकता में बाधा डाल सकते थे, जो कि मस्तिष्क के दक्षिणपंथी या सहज ज्ञान से संबंधित कार्य है। लेकिन एलिजाबेथ एक अत्यंत गहन अवस्था में थी। वह प्रश्नों का उत्तर दे सकती थी और फिर भी उस दृश्य को जीवंत रूप से अनुभव कर सकती थी। विवरण भी महत्वपूर्ण थे।
“भारत... मुझे लगता है,” उसने हिचकिचाते हुए जवाब दिया। “शायद उसके ठीक पश्चिम में... मुझे नहीं लगता कि सीमाएँ इतनी स्पष्ट हैं। हम पहाड़ों में रहते हैं, और व्यापारियों को दर्रों से होकर गुजरना पड़ता है,” उसने दृश्य की ओर लौटते हुए कहा।
मैंने पूछा, "क्या तुम्हें खुद की झलक दिख रही है?"
“हाँ... मैं एक लड़की हूँ... लगभग पंद्रह साल की। मेरी त्वचा सांवली है और मेरे बाल काले हैं। मेरे कपड़े गंदे हैं। मैं अस्तबल में काम करती हूँ... घोड़ों और खच्चरों की देखभाल करती

हूँ... हम बहुत गरीब हैं। मौसम बहुत ठंडा है; यहाँ काम करते-करते मेरे हाथ बहुत ठंडे हो जाते हैं।” एलिज़ाबेथ ने मुँह बनाते हुए दोनों हाथों से मुट्ठी भींच ली।
यह युवती जन्मजात प्रतिभाशाली थी, लेकिन अशिक्षित थी। उसका जीवन अत्यंत कठिन था। व्यापारी अक्सर उसका शोषण करते थे और कभी- कभार उसे थोड़े पैसे देकर चले जाते थे। उसका परिवार उसकी रक्षा करने में असमर्थ था। कड़ाके की ठंड और निरंतर भूख ने उसके जीवन को झकझोर कर रख दिया था। उस युवती के जीवन में केवल एक ही आशा की किरण थी।
“एक नौजवान व्यापारी है जो अक्सर अपने पिता और बाकी लोगों के साथ आता है। वह मुझे बहुत पसंद करता है और मैं भी उसे बहुत पसंद करती हूँ। वह मजाकिया और नेक दिल है, और हम साथ में खूब हँसते हैं। काश वह यहीं रुक जाए ताकि हम हमेशा साथ रह सकें।”
ऐसा होना असंभव था। सोलह वर्ष की आयु में ही उसकी मृत्यु हो गई। कठोर जीवन और मौसम की मार से पहले से ही कमजोर हो चुके उसके शरीर ने निमोनिया के आगे दम तोड़ दिया। उसकी मृत्यु के समय उसका परिवार उसके आसपास ही था।
जब हमने इस संक्षिप्त जीवन की समीक्षा की, तो एलिजाबेथ दुखी नहीं थी। उसने एक महत्वपूर्ण सबक सीख लिया था।
“प्रेम दुनिया की सबसे शक्तिशाली शक्ति है,” उसने कोमल स्वर में कहा। “प्रेम जमी हुई मिट्टी में और सबसे कठिन परिस्थितियों में भी पनप सकता है और खिल सकता है। यह हर जगह और हर समय मौजूद रहता है। प्रेम सभी मौसमों का फूल है।”
उसके चेहरे पर एक सुंदर मुस्कान थी।

मेरे एक मरीज़, जो एक कैथोलिक वकील हैं, ने अभी-अभी मध्य युग के उत्तरार्ध में अपने एक यूरोपीय जीवन की यादें साझा की थीं। उन्हें उस जीवन में अपनी मृत्यु याद आई, जो लालच, हिंसा और छल से भरा हुआ था। उन्हें इस बात का एहसास था कि इनमें से कुछ लक्षण उनके वर्तमान जीवन में भी मौजूद हैं।
अब, मेरे दफ्तर में मुलायम चमड़े की कुर्सी पर आराम से बैठे हुए, उन्हें ऐसा महसूस हो रहा था मानो वे मध्ययुगीन काल में अपने शरीर से बाहर निकल आए हों। अचानक उन्होंने खुद को नरक जैसे वातावरण में, आग और शैतानों के बीच खड़ा पाया। इससे मैं हैरान रह गया। हालाँकि मैंने अपने मरीज़ों में हज़ारों पूर्व-जन्म मृत्यु के अनुभव देखे थे, लेकिन किसी को भी नरक का अनुभव नहीं हुआ था। लगभग हमेशा लोग एक अवर्णनीय सुंदर प्रकाश की ओर आकर्षित होते हैं, एक ऐसा प्रकाश जो आत्मा को नया जीवन और ऊर्जा प्रदान करता है। लेकिन नरक?
मैंने कुछ होने का इंतज़ार किया, लेकिन उसने बताया कि किसी ने उस पर ध्यान नहीं दिया। वह भी इंतज़ार कर रहा था। कुछ मिनट बीत गए। आखिरकार एक आध्यात्मिक आकृति प्रकट हुई, जिसे उसने यीशु के रूप में पहचाना, और उसके पास चलकर आया। यह पहला व्यक्ति था जिसने उसे देखा।
“क्या तुम्हें यह एहसास नहीं है कि यह सब भ्रम है?” यीशु ने उससे कहा। “केवल प्रेम ही वास्तविक है।”
असली!"
और फिर आग और शैतान पल भर में गायब हो गए, जिससे वह खूबसूरत रोशनी प्रकट हुई जो भ्रम के पीछे अदृश्य रूप से मौजूद थी। कभी-कभी आपको वही मिलता है जिसकी आप उम्मीद करते हैं, लेकिन वह वास्तविक नहीं हो सकता है।

अध्याय 8

यह संसार का रहस्य है कि सब कुछ विद्यमान है, मरता नहीं, बल्कि कुछ समय के लिए दृष्टि से ओझल हो जाता है और फिर लौट आता है। कुछ भी मृत नहीं है; मनुष्य स्वयं को मृत होने का ढोंग करते हैं, दिखावटी अंत्येष्टि और शोकपूर्ण शोक संदेशों को सहते हैं, और फिर किसी नए विचित्र वेश में खिड़की से बाहर देखते हुए, स्वस्थ और तंदुरुस्त खड़े रहते हैं।
राल्फ वाल्डो एमर्सन
पेड्रो और मुझे दोनों को ही उसकी गहरी निराशा के कारणों को और अधिक समझने की ज़रूरत थी, जो उसके भाई की दुखद मृत्यु से और भी बढ़ गई थी। हमें उसके रिश्तों की सतहीपन को और अधिक समझने की ज़रूरत थी। क्या उसकी प्रेमिकाओं के बारे में उसकी माँ की लगातार आलोचनाएँ और गर्भपात का अपराधबोध उसके प्रेम में बाधा बन रहे थे? या फिर क्या उसे अभी तक अपनी मनचाही महिला नहीं मिली थी?
प्रतिगमन प्रक्रिया तेल की खोज करने जैसी है। आपको कभी भी ठीक से पता नहीं होता कि तेल कहाँ है, लेकिन आप जितना गहरा खोदेंगे, तेल मिलने की संभावना उतनी ही बढ़ जाएगी।
आज हम और गहराई में जा रहे थे।
पेड्रो को हाल ही में अपने पिछले जन्मों की यादें आने लगी थीं। अक्सर शुरुआत में, जन्मों के सबसे दर्दनाक क्षणों से ही व्यक्ति का ध्यान आकर्षित होता है। ऐसा ही एक बार फिर हुआ।
“मैं एक सैनिक हूँ... अंग्रेज़, शायद,” पेड्रो ने कहा। “हममें से कई लोगों को दुश्मन के किले पर कब्ज़ा करने के लिए जहाज़ों से लाया गया है। यह बहुत बड़ा है, इसकी दीवारें बहुत ऊँची और गहरी

हैं। उन्होंने बंदरगाह को बड़े-बड़े पत्थरों से भर दिया है। हमें अंदर जाने का कोई और रास्ता खोजना होगा।” आक्रमण में देरी होने पर वह चुप हो गया।
“समय के साथ आगे बढ़ो,” मैंने सुझाव दिया। “देखो आगे क्या होता है।” मैंने उसका ध्यान केंद्रित करने और समय के अंतराल को पाटने में मदद करने के लिए उसके माथे पर तीन बार थपथपाया।
“हमने चट्टानों को पार कर लिया है और किले में घुसपैठ कर ली है,” उसने जवाब दिया। वह हांफने लगा और पसीना बहाने लगा। “छोटी-छोटी सुरंगें... हम उनमें से दौड़ रहे हैं, लेकिन हमें नहीं पता कि हम कहाँ जा रहे हैं... सुरंगें संकरी और नीची हैं। हमें एक-एक करके चलना होगा और दौड़ते समय झुकना होगा।”
पेड्रो को बहुत पसीना आने लगा। उसकी सांसें बहुत तेज चल रही थीं और वह बेहद परेशान लग रहा था।
मुझे आगे एक छोटा सा दरवाजा दिखाई दे रहा है... हम इस दरवाजे से होकर भाग रहे हैं।
“उफ़!” वह अचानक दर्द से कराह उठा। “स्पेनिश लोग दरवाज़े के दूसरी तरफ़ हैं। जैसे ही हम अंदर आते हैं, वे हमें एक-एक करके मार रहे हैं… उन्होंने मुझे तलवार से घायल कर दिया है!” उसने हांफते हुए अपनी गर्दन पकड़ ली। उसकी सांसें और तेज़ हो गईं। अब वह सांस लेने के लिए हांफ रहा था, और उसके चेहरे से पसीना बह रहा था, जिससे उसकी कमीज़ पूरी तरह भीग गई थी।
अचानक उसकी हरकतें रुक गईं। उसकी सांसें नियमित हो गईं और वह शांत हो गया। जैसे ही मैंने टिशू से उसका माथा और चेहरा पोंछा, पसीना कम होने लगा।
“मैं अपने शरीर से ऊपर तैर रहा हूँ,” पेड्रो ने घोषणा की। “मैंने वह जीवन पीछे छोड़ दिया है... इतने सारे शरीर... इतना सारा खून...

लेकिन अब मैं उससे ऊपर हूँ।” वह कुछ क्षणों तक मौन में तैरता रहा।
मैंने निर्देश दिया, “अपने उस जीवनकाल का पुनर्मूल्यांकन करो।
तुमने क्या सीखा? क्या सबक मिले?”
उन्होंने इन सवालों पर एक उच्चतर दृष्टिकोण से विचार किया। मैंने सीखा कि हिंसा घोर अज्ञानता है। मैं अपने घर और अपनों से दूर, व्यर्थ ही मर गया। मैं दूसरों के लालच के कारण मरा। अंग्रेज और स्पेनिश दोनों मूर्ख थे, दूर-दराज की भूमि में सोने के लिए एक-दूसरे को मार रहे थे। दूसरों से सोना चुराकर उसके लिए खुद को मार रहे थे। लालच और हिंसा ने इन लोगों को मार डाला।... वे सब प्रेम को भूल चुके थे।
वह फिर चुप हो गया। मैंने उसे आराम करने और इन अविश्वसनीय सबकों को समझने का मौका देने का फैसला किया। मैं भी पेड्रो के सबकों पर विचार करने लगा। सदियों से, पेड्रो की अपने अंग्रेजी घर से दूर एक किले में हुई निर्मम मृत्यु के बाद, सोना डॉलर, पाउंड, येन और पेसो में बदल गया है, लेकिन हम आज भी इसके लिए एक-दूसरे को मार रहे हैं। वास्तव में, यह इतिहास भर चलता रहा है। सदियों में हमने कितना कम सीखा है। प्यार को फिर से याद करने से पहले हमें और कितना कष्ट सहना पड़ेगा?
पेड्रो का सिर कुर्सी पर इधर-उधर हिलने लगा। उसके चेहरे पर एक शरारती मुस्कान थी। वह अनायास ही एक दूसरे, बहुत हाल के जीवन में प्रवेश कर चुका था। जब पेड्रो को अपने जीवन याद आने लगे, तो उसके दृश्य अनुभव विशेष रूप से स्पष्ट हो गए।
मैंने पूछा, "आपको क्या महसूस हो रहा है?"
“मैं एक औरत हूँ,” उसने कहा। “मैं बेहद खूबसूरत हूँ। मेरे बाल लंबे और सुनहरे हैं... मेरी त्वचा बहुत पीली है।” बड़ी-बड़ी नीली

आँखों और सुरुचिपूर्ण कपड़ों वाली पेड्रो प्रथम विश्व युद्ध के बाद के जर्मनी में एक लोकप्रिय वेश्या थी। हालाँकि देश में बेतहाशा महंगाई फैली हुई थी, फिर भी अमीरों के पास उसकी सेवाओं के लिए पैसे थे।
पेड्रो को इस खूबसूरत महिला का नाम याद करने में थोड़ी कठिनाई हुई। "मुझे लगता है, मैग्डा," उसने कहा। मैं उसका ध्यान उस महिला के अवलोकन से भटकाना नहीं चाहता था।
“मैं इस व्यवसाय में बहुत सफल हूँ,” मैग्डा ने गर्व से कहा। “मैं राजनेताओं, सैन्य नेताओं और बहुत महत्वपूर्ण व्यापारियों की विश्वासपात्र हूँ।” और भी बातें याद करते हुए वह थोड़ी अभिमानी सी लग रही थी।
“वे सब मेरी खूबसूरती और मेरी कला के दीवाने हैं,” उसने आगे कहा। “मुझे हमेशा पता होता है कि क्या करना है।” मैग्डा की आवाज़ बहुत अच्छी थी और वह अक्सर भव्य समारोहों में गाती थी। उसने पुरुषों को अपने वश में करना सीख लिया था।
शायद पुरुष के रूप में उसके सभी जन्मों के कारण, मैंने सोचा लेकिन कहा नहीं।
फिर पेड्रो की आवाज़ धीमी होकर फुसफुसाहट में बदल गई। “मैं इन लोगों को प्रभावित करती हूँ... मैं उनसे फैसले बदलवा सकती हूँ... वे मेरे लिए ऐसा करते हैं,” उसने अपनी हैसियत और इन शक्तिशाली पुरुषों को प्रभावित करने की क्षमता पर गर्व करते हुए कहा। “मैं आमतौर पर उनसे ज़्यादा जानती हूँ,” उसने कुछ उदास स्वर में कहा। “मैं उन्हें राजनीति सिखाती हूँ!” मैग्डा को सत्ता और राजनीतिक षड्यंत्र पसंद थे। हालाँकि, उसकी राजनीतिक शक्ति अप्रत्यक्ष थी; यह हमेशा पुरुषों के माध्यम से ही प्राप्त होती

थी, और यह बात उसे निराश करती थी। भविष्य में पेड्रो को किसी मध्यस्थ की आवश्यकता नहीं होगी।
एक युवक विशेष रूप से बाकियों से अलग खड़ा था।
“वह बाकियों से ज़्यादा बुद्धिमान और गंभीर है,” मैग्डा ने गौर किया। “उसके बाल भूरे हैं और आँखें नीली हैं… वह जो भी करता है, उसमें पूरी लगन से करता है! हम घंटों बातें करते रहते हैं। मुझे लगता है कि हम एक-दूसरे से प्यार भी करते हैं।” वह इस आदमी को अपने मौजूदा जीवन के किसी भी व्यक्ति के रूप में नहीं पहचानती थी।
पेड्रो उदास दिख रहा था, और उसकी बाईं आंख के कोने में एक आंसू आ गया।
“मैंने उसे छोड़कर किसी और के साथ चली गई... एक उम्रदराज, अधिक शक्तिशाली और धनी व्यक्ति के साथ जो सिर्फ मुझे ही चाहता था।... मैंने अपने दिल की नहीं सुनी। मैंने एक भयानक गलती की। मेरे इस कदम से उसे बहुत दुख हुआ। उसने मुझे कभी माफ नहीं किया।... वह समझ नहीं पाया।” मैग्डा ने सुरक्षा और बाहरी शक्ति की तलाश की, इन गुणों को प्यार से ऊपर रखा, जबकि प्यार ही असल में सुरक्षा और ताकत का स्रोत है।
जाहिर तौर पर उनका यह फैसला जीवन में एक महत्वपूर्ण मोड़ साबित होता है, एक ऐसा मोड़ जो एक बार चुन लेने के बाद बदला नहीं जा सकता।
जर्मन राजनीति में हिंसक नई पार्टियों के उदय के साथ ही उसके बड़े प्रेमी ने अपनी शक्ति खो दी और उसे छोड़ दिया। मैग्डा का अपने जोशीले युवा प्रेमी से संपर्क टूट गया। और अंततः एक दीर्घकालिक यौन रोग, संभवतः सिफलिस, के कारण उसका शरीर कमजोर

होने लगा। वह अवसादग्रस्त थी और इस भयंकर बीमारी का मुकाबला करने की उसमें कोई इच्छाशक्ति नहीं थी।
मैंने उससे आग्रह किया, "उस जीवन के अंत तक जाओ। देखो तुम्हारे साथ क्या होता है, देखो तुम्हारे आसपास कौन है।"
“मैं एक सस्ते बिस्तर पर लेटा हूँ... अस्पताल में। यह गरीबों का अस्पताल है। यहाँ कई और लोग हैं, बीमार और कराहते हुए... सबसे गरीब। यह तो नरक का मंजर होगा!”
क्या आप खुद को देख पा रहे हैं?
"मेरा शरीर कुरूप है," मैग्डा ने उत्तर दिया।
"क्या यहाँ डॉक्टर और नर्स मौजूद हैं?"
“वे वहीं हैं,” उसने कड़वाहट से जवाब दिया। “वे मेरी तरफ बिल्कुल ध्यान नहीं देते… उन्हें जरा भी दुख नहीं है। वे मेरे जीवन और मैंने जो किया है, उससे घृणा करते हैं। वे मुझे दंडित कर रहे हैं।”
सुंदरता, शक्ति और रहस्य से भरी एक जिंदगी का अंत इस दुखद मोड़ पर हुआ। वह अपने शरीर के ऊपर हवा में तैर रही थी, आखिरकार मुक्त हो गई।
उन्होंने आगे कहा, "मुझे अब बहुत शांति महसूस हो रही है। मैं बस आराम करना चाहती हूं।"
पेड्रो कुर्सी पर चुपचाप बैठा रहा। हम जीवन भर के उन अनुभवों पर फिर कभी चर्चा करेंगे। वह थका हुआ था, इसलिए मैंने उसे जगाया। पेड्रो की गर्दन और बाएं कंधे में रहने वाला पुराना दर्द अगले कुछ हफ्तों में धीरे-धीरे गायब हो गया। उनके डॉक्टरों को इस दर्द का कारण कभी पता नहीं चल पाया। ज़ाहिर है, उन्होंने कई सदियों पहले लगी तलवार की घातक चोट को इसके संभावित कारण के रूप में कभी नहीं सोचा था।

मैं अधिकतर लोगों की दूरदर्शिता की कमी देखकर हमेशा अचंभित रहता हूँ। मेरे कई परिचित हैं जो अपने बच्चों की शिक्षा को लेकर प्रतिदिन चिंतित रहते हैं: कौन सा नर्सरी स्कूल सबसे अच्छा है, निजी स्कूल बनाम सरकारी स्कूल, कौन से कॉलेज-बोर्ड तैयारी पाठ्यक्रम सबसे प्रभावी हैं, अपने बच्चों को उस कॉलेज या स्नातकोत्तर संस्थान में प्रवेश दिलाने के लिए उनके ग्रेड और पाठ्येतर गतिविधियों को कैसे बेहतर बनाया जाए, और यह सिलसिला चलता रहता है। फिर यही चक्र उनके पोते-पोतियों के साथ भी शुरू हो जाता है।
लेकिन इन लोगों का मानना है कि यह दुनिया समय में ठहर सी गई है, कि भविष्य वर्तमान की हूबहू प्रतिकृति होगा।
अगर हम जंगलों को काटते रहे और ऑक्सीजन के स्रोतों को नष्ट करते रहे, तो बीस-तीस साल बाद ये बच्चे क्या साँस लेंगे? अगर हम जल प्रणालियों और खाद्य चक्रों को प्रदूषित करते रहे, तो वे क्या खाएँगे? अगर हम अंधाधुंध फ्लोरोकार्बन और अन्य जैविक कचरे का अत्यधिक उत्पादन करते रहे और ओजोन परत में छेद करते रहे, तो क्या वे खुले में रह पाएँगे? अगर ग्रीनहाउस प्रभाव से यह ग्रह अत्यधिक गर्म हो गया, समुद्र का स्तर बढ़ गया, तट डूब गए और समुद्री और महाद्वीपीय फॉल्ट लाइनों पर अत्यधिक दबाव पड़ा, तो वे कहाँ रहेंगे? चीन, अफ्रीका, ऑस्ट्रेलिया और दुनिया भर के बच्चे और पोते-पोतियाँ भी उतने ही असुरक्षित हैं, क्योंकि वे सभी अनिवार्य रूप से इस ग्रह के निवासी हैं। और इस पर विचार करें। जब भी आपका पुनर्जन्म होगा, आप इन्हीं बच्चों में से एक होंगे।

तो हम एसएटी परीक्षाओं और कॉलेजों के बारे में इतनी चिंता क्यों करें, जबकि शायद हमारी आने वाली पीढ़ियों के लिए यहां कोई दुनिया ही न हो?
हर कोई लंबी उम्र जीने के लिए इतना जुनूनी क्यों है? बुढ़ापे के आखिरी दिनों में कुछ और दुखी साल क्यों निकालना चाहते हैं? कोलेस्ट्रॉल के स्तर, चोकर युक्त आहार, वसा की मात्रा, एरोबिक व्यायाम आदि के बारे में इतनी चिंता क्यों?
क्या यह ज़्यादा समझदारी की बात नहीं है कि हम आज आनंद से जिएं, हर दिन को परिपूर्ण बनाएं, प्यार करें और प्यार पाएं, बजाय इसके कि हम अनिश्चित भविष्य में अपने शारीरिक स्वास्थ्य को लेकर इतनी चिंता करें? क्या होगा अगर कोई भविष्य ही न हो? क्या होगा अगर मृत्यु परम आनंद की प्राप्ति हो?
मैं ये नहीं कह रहा कि अपने शरीर की उपेक्षा करो, या धूम्रपान करना, अत्यधिक शराब पीना, नशीले पदार्थों का सेवन करना या अत्यधिक मोटापे का शिकार होना जायज़ है। इन स्थितियों से दर्द, दुख और विकलांगता होती है। बस भविष्य की चिंता मत करो। आज ही अपनी खुशी ढूंढो।
विडंबना यह है कि, इस दृष्टिकोण को अपनाते हुए और वर्तमान में खुशी से जीते हुए, आप संभवतः वैसे भी अधिक समय तक जीवित रहेंगे। हमारे शरीर और हमारी आत्मा कार और उसके चालक की तरह हैं। हमेशा याद रखें कि चालक आप हैं, कार नहीं। वाहन से अपना जुड़ाव न रखें। आजकल जीवन को लंबा खींचने, सौ साल या उससे अधिक जीने पर जो ज़ोर दिया जाता है, वह पागलपन है। यह वैसा ही है जैसे आप अपनी पुरानी फोर्ड को 200,000 मील, 300,000 मील से भी आगे चलाते रहें। कार का ढांचा जंग खा रहा है, ट्रांसमिशन पांच बार ठीक हो चुका है, इंजन के पुर्जे गिर रहे हैं, फिर भी आप उसे छोड़ने से इनकार करते हैं।

वहीं दूसरी ओर, एक बिल्कुल नई कोर्वेट आपका इंतज़ार कर रही है।
आपको बस इतना करना है कि पुरानी फोर्ड से धीरे से बाहर निकलें और खूबसूरत कोर्वेट में बैठ जाएं। चालक, आत्मा, कभी नहीं बदलती।
केवल कार बदलती है।
और हाँ, मुझे लगता है कि आगे चलकर आपके लिए एक फरारी भी हो सकती है।

अध्याय 9

जहां तक मुझे याद है, मैं अनजाने में ही अपने पिछले जन्म के अनुभवों का जिक्र करता रहा हूँ।. . . मैं अठारह सौ साल पहले यहूदिया में रहा हूँ, लेकिन मुझे कभी पता नहीं था कि मेरे समकालीनों में मसीह जैसा कोई था। जैसे तारे मुझे तब दिखाई देते थे जब मैं अश्शूर में चरवाहा था, वैसे ही अब मुझे नए युग में दिखाई देते हैं।
इंग्लैंडवासी।
हेनरी डेविड थॉरो
एलिज़ाबेथ की मुलाकातों के बीच दो सप्ताह का अंतराल हो गया था क्योंकि उन्हें एक और व्यावसायिक यात्रा पर जाना पड़ा था। उनके लिए शहर से बाहर की यात्राएँ कोई असामान्य बात नहीं थीं। जिस खूबसूरत मुस्कान के साथ उन्होंने अपना आखिरी सेशन समाप्त किया था, वह अब फीकी पड़ गई थी; रोजमर्रा की जिंदगी की वास्तविकताओं और दबावों ने एक बार फिर उन पर अपना असर दिखाया था।
फिर भी वह समय में पीछे जाने की अपनी यात्रा जारी रखने के लिए उत्सुक थी। उसे अपने पिछले जन्मों की महत्वपूर्ण घटनाएं और सबक याद आने लगे थे। उसे खुशी और आशा की एक झलक मिली थी। वह और अधिक चाहती थी।
वह शीघ्र ही गहरी समाधि की अवस्था में पहुंच गई।
एलिज़ाबेथ को यरूशलेम के पत्थर याद थे, जिनका अनोखा रंग दिन-रात की रोशनी के अनुसार बदलता रहता था। कभी सुनहरा, कभी हल्का गुलाबी या बेज रंग। लेकिन सुनहरा रंग हमेशा लौट आता था। उसे यरूशलेम के पास स्थित अपना कस्बा याद था, जहाँ कच्ची और पथरीली सड़कें थीं, घर थे, निवासी थे, उनके कपड़े थे, उनके रीति-रिवाज

संघर्ष करते, तो उन्हें उनकी छाती से घरघराहट की आवाज़ सुनाई देती थी। मृत्यु बहुत करीब थी। उनकी आँखों की रोशनी ढलती जा रही थी, मानो उनका दिन समाप्त हो रहा हो।
“पिताजी, मैं आपसे प्यार करती हूँ,” उसने उदास आँखों से उनकी ओर देखते हुए धीरे से कहा। “मैं हमेशा आपसे प्यार करूंगी।”
उसकी धुंधली होती आंखों ने पीछे मुड़कर देखा और अंतिम बार बंद होते हुए समझदारी से पलकें झपकाईं।
जैसे-जैसे सूरज ढलता गया, वह झूलती रही। उसके परिवार और गाँव के अन्य लोगों ने धीरे से उसका शरीर उससे ले लिया ताकि उसे अंतिम संस्कार के लिए तैयार किया जा सके। उसके मन में अब भी उसकी आँखें थीं। उसे पूरा यकीन था कि वह समझ गया होगा।
मैं चुपचाप बैठा था, एलिजाबेथ की निराशा की गहराई से स्तब्ध था, तभी मैंने देखा कि टेप रिकॉर्डर नहीं चल रहा था। मैंने एक नया टेप डाला और लाल रिकॉर्डिंग लाइट चमक उठी। रिकॉर्डिंग फिर से शुरू हो गई।
मेरी सोच ने एलिज़ाबेथ के वर्तमान दुख को लगभग दो हज़ार साल पहले फ़िलिस्तीन में हुए दुख से जोड़ा। क्या यह भी एक ऐसा मामला था जिसमें प्राचीन दुख वर्तमान दुख को और बढ़ा रहा था? क्या पुनर्जन्म का अनुभव और मृत्यु के बाद जीवन का ज्ञान इस दुख को ठीक कर सकता था?
मैंने अपना ध्यान फिर से एलिजाबेथ पर केंद्रित किया।
मैंने निर्देश दिया, “समय में आगे बढ़ो। उस जीवन की अगली महत्वपूर्ण घटना की ओर बढ़ो।”
“ऐसा कोई नहीं है,” उसने उत्तर दिया।
"आपका क्या मतलब है?"

“इसके अलावा कुछ भी महत्वपूर्ण नहीं घटित होता। मैं आगे की कल्पना कर सकता हूँ... लेकिन कुछ नहीं होता।”
"कुछ भी नहीं?"
“नहीं, कुछ नहीं,” उसने धैर्यपूर्वक दोहराया।
"क्या आप शादी करते हैं?"
नहीं, मैं ज्यादा दिन नहीं जीता। मुझे जीने की परवाह नहीं है। मैं अपना ख्याल भी नहीं रखता।
उनके पिता की मृत्यु ने उन्हें बहुत गहराई से प्रभावित किया था, जिसके परिणामस्वरूप वे गंभीर अवसाद में चली गईं और उनकी असमय मृत्यु हो गई।
“मैंने उसका शरीर छोड़ दिया है,” एलिजाबेथ ने घोषणा की।
आप अभी क्या अनुभव कर रहे हैं?
“मैं हवा में तैर रही हूँ… मैं हवा में तैर रही हूँ…” उसकी आवाज़ धीमी पड़ गई।
कुछ ही देर में वह फिर बोलने लगी, लेकिन शब्द उसके अपने नहीं थे। उसकी आवाज़ गहरी और बहुत प्रभावशाली थी। एलिज़ाबेथ वह कर सकती थी जो कैथरीन और मेरे कुछ ही अन्य मरीज़ कर सकते थे। वह उच्च कोटि के, अलौकिक प्राणियों, गुरुओं से संदेश और जानकारी प्रसारित कर सकती थी। मेरी पहली पुस्तक उनके ज्ञान से भरी हुई है।
ध्यान करते समय मुझे भी ऐसे ही संदेश मिलते थे, लेकिन जब ये शब्द मेरे मरीजों से आते थे तो वे हमेशा अधिक अर्थपूर्ण लगते थे। मुझे पता था कि मुझे इन्हीं स्रोतों से इन्हीं अवधारणाओं को सुनने, ग्रहण करने और समझने की अपनी क्षमताओं पर भरोसा विकसित करना होगा।

“याद रखो,” आवाज़ ने कहा। “याद रखो कि तुम्हें हमेशा प्यार किया जाता है। तुम्हारी हमेशा रक्षा की जाती है, और तुम कभी अकेले नहीं हो।... तुम प्रकाश, ज्ञान और प्रेम के स्वरूप हो। और तुम्हें कभी भुलाया नहीं जा सकता। तुम्हें कभी अनदेखा या उपेक्षित नहीं किया जा सकता। तुम अपना शरीर नहीं हो; तुम अपना मस्तिष्क नहीं हो, यहाँ तक कि अपना मन भी नहीं हो। तुम आत्मा हो। तुम्हें बस इतना करना है कि अपनी स्मृति को जागृत करना है, याद रखना है। आत्मा की कोई सीमा नहीं है, न भौतिक शरीर की सीमा, न ही बुद्धि या मन की पहुँच की सीमा।”
“जैसे-जैसे आत्मा की कंपन ऊर्जा धीमी होती जाती है, जिससे आपके त्रि-आयामी तल जैसे अधिक सघन वातावरण का अनुभव किया जा सके, वैसे-वैसे आत्मा क्रिस्टलीकृत होकर अधिक से अधिक सघन शरीरों में परिवर्तित होती जाती है। इन सबमें सबसे सघन भौतिक अवस्था है। इस अवस्था में कंपन की गति सबसे धीमी होती है। इस अवस्था में समय तेज़ प्रतीत होता है क्योंकि यह कंपन की गति के विपरीत आनुपातिक होता है। कंपन की गति बढ़ने पर समय धीमा हो जाता है। इसी कारण भौतिक अवस्था में पुनः प्रवेश के लिए सही शरीर और सही समय का चुनाव करना कठिन हो सकता है। समय की असमानता के कारण अवसर चूक सकता है।. . . चेतना के अनेक स्तर हैं, अनेक कंपन अवस्थाएँ हैं। यह आवश्यक नहीं है कि आप इन सभी स्तरों को जानें।”
सात स्तरों में से पहला स्तर आपके लिए सबसे महत्वपूर्ण है। उच्च स्तरों के बारे में अमूर्त और बौद्धिक चिंतन करने के बजाय, प्रथम स्तर पर अनुभव करना महत्वपूर्ण है। अंततः आपको उन सभी का अनुभव करना होगा।... आपका कार्य अनुभव का शिक्षण देना है - विश्वास और आस्था को अनुभव में परिवर्तित करना ताकि अधिगम

पूर्ण हो सके, क्योंकि अनुभव विश्वास से परे है। उन्हें अनुभव करना सिखाएँ। उनके भय को दूर करें। उन्हें प्रेम करना और एक-दूसरे की सहायता करना सिखाएँ।... इसमें दूसरों की स्वतंत्र इच्छा शामिल है। लेकिन प्रेम से दूसरों तक पहुँचना, करुणा से दूसरों की सहायता करना - यही आपको अपने स्तर पर करना होगा। मनुष्य हमेशा खुद को ही एकमात्र प्राणी समझते हैं। लेकिन ऐसा नहीं है। अनेक संसार और अनेक आयाम हैं... भौतिक शरीरों की तुलना में कहीं अधिक आत्माएँ हैं। आत्मा चाहे तो विभाजित होकर एक ही समय में एक से अधिक अनुभव प्राप्त कर सकती है। यह संभव है, लेकिन इसके लिए विकास के उस स्तर की आवश्यकता होती है जो अधिकांश लोगों ने अभी तक प्राप्त नहीं किया है। अंततः वे देखेंगे कि एक पिरामिड की तरह केवल एक ही आत्मा है। और सभी अनुभव एक साथ साझा किए जाते हैं। लेकिन अभी ऐसा नहीं है।
जब आप किसी दूसरे व्यक्ति की आँखों में देखते हैं और आपको अपनी आत्मा की झलक दिखाई देती है, तब आप जान जाते हैं कि आप चेतना के एक अन्य स्तर पर पहुँच गए हैं। इस अर्थ में पुनर्जन्म का कोई अस्तित्व नहीं है, क्योंकि सभी जीवन और सभी अनुभव एक साथ घटित होते हैं। लेकिन, त्रि-आयामी जगत में, पुनर्जन्म उतना ही वास्तविक है जितना समय, पहाड़ या महासागर। यह अन्य ऊर्जाओं की तरह ही एक ऊर्जा है, और इसकी वास्तविकता बोधकर्ता की ऊर्जा पर निर्भर करती है। जब तक बोधकर्ता भौतिक शरीर और ठोस वस्तुओं का बोध करता है, तब तक पुनर्जन्म उसके लिए वास्तविक है। इस ऊर्जा में प्रकाश, प्रेम और ज्ञान समाहित है। इस ज्ञान का प्रेमपूर्ण प्रयोग ही बुद्धिमत्ता है।... वर्तमान में आपके जगत में बुद्धिमत्ता की घोर कमी है।

एलिज़ाबेथ ने बोलना बंद कर दिया। कैथरीन की तरह, उसे अपने पिछले जन्मों की सारी बातें याद थीं, लेकिन बीच के जन्मों की अवस्था से भेजे गए संदेशों का उसे कुछ भी याद नहीं था। संदेश भेजते समय दोनों ही बहुत गहरे स्तर पर थीं। बहुत कम मरीज़ इतने गहरे स्तर पर पहुँचते हैं कि उन्हें स्मृतिभ्रंश हो जाता है। कैथरीन की तरह, एलिज़ाबेथ के संदेश भी हमारे जगत में "ज्ञान की कमी" को दूर करने में सहायक हो सकते थे।
एलिजाबेथ के काम पूरा होने से पहले हम और भी बहुत सारा ज्ञान प्राप्त कर लेंगे।

कैथरीन के ठीक होने और उसकी चिकित्सा समाप्त होने के बाद से गुरुओं के ज्ञान से मेरा संपर्क सीमित हो गया है। फिर भी, कभी- कभार आने वाले अविश्वसनीय रूप से सजीव, लगभग स्पष्ट स्वप्न में मुझे और अधिक जानकारी प्राप्त होती है, जैसे कि 'मेनी लाइव्स, मेनी मास्टर्स' के अंत में दिए गए व्याख्यान। और कभी-कभी ये संदेश तब आते हैं जब मैं गहन ध्यानमग्न स्वप्न जैसी अवस्था में होता हूँ। उदाहरण के लिए, मुझे इक्कीसवीं सदी के लिए मनोचिकित्सा की एक प्रणाली बताई गई, एक ऐसी प्रणाली जो मनो- आध्यात्मिक प्रकृति की है और जो अतीत की पुरानी तकनीकों का स्थान ले सकती है।
संदेश और छवियां अत्यंत तीव्र गति से, एक चमकीली स्पष्टता के साथ मेरे मस्तिष्क में उमड़ पड़ीं। दुर्भाग्यवश, मैं अपने मन को, जो कि एक ग्रहण केंद्र है, रिकॉर्ड नहीं कर सका। इसलिए विचार तो अनमोल पत्थरों के समान हैं, लेकिन पृष्ठभूमि—मेरे शब्द जो इन तीव्र गति से आते-जाते विचारों को समझाने और परिभाषित करने

का प्रयास कर रहे हैं—बेकार हैं। शुरुआत एक स्पष्ट संदेश से हुई थी।
“सब कुछ प्रेम है... सब कुछ प्रेम है। प्रेम से समझ आती है। समझ से धैर्य आता है। और फिर समय रुक जाता है। और सब कुछ वर्तमान में होता है।”
मुझे तुरंत इन विचारों की सच्चाई समझ आ गई। वास्तविकता वर्तमान है। अतीत या भविष्य में डूबे रहने से दुख और बीमारी होती है। धैर्य समय को रोक सकता है। ईश्वर का प्रेम ही सब कुछ है।
मुझे इन विचारों की उपचार शक्ति का भी तुरंत एहसास हो गया। मुझे समझ आने लगा।
प्रेम ही अंतिम उत्तर है। प्रेम कोई अमूर्त अवधारणा नहीं, बल्कि एक वास्तविक ऊर्जा या ऊर्जाओं का समूह है, जिसे आप अपने भीतर 'उत्पन्न' और बनाए रख सकते हैं। बस प्रेममय रहें। आप अपने भीतर ईश्वर को स्पर्श करने लगे हैं। प्रेम का अनुभव करें। अपने प्रेम को व्यक्त करें।
प्रेम भय को दूर करता है। प्रेम का अनुभव करते समय आप भयभीत नहीं हो सकते। चूंकि सब कुछ ऊर्जा है, और प्रेम सभी ऊर्जाओं को समाहित करता है, इसलिए सब कुछ प्रेम है। यह ईश्वर के स्वरूप का एक सशक्त संकेत है।
जब आप प्रेमपूर्ण और निडर होते हैं, तो आप क्षमा कर सकते हैं। आप दूसरों को क्षमा कर सकते हैं, और आप स्वयं को भी क्षमा कर सकते हैं। आप सही परिप्रेक्ष्य से देखना शुरू करते हैं। अपराधबोध और क्रोध एक ही भय के प्रतिबिंब हैं। अपराधबोध एक सूक्ष्म क्रोध है जो भीतर की ओर निर्देशित होता है। क्षमा अपराधबोध और क्रोध को समाप्त कर देती है। ये अनावश्यक, हानिकारक भावनाएँ हैं। क्षमा करें। यह प्रेम का एक कार्य है।

“अहंकार क्षमा करने में बाधा बन सकता है। अहंकार, अहम् का ही एक रूप है। अहम् क्षणभंगुर, झूठा स्व है। आप अपना शरीर नहीं हैं। आप अपना मस्तिष्क नहीं हैं। आप अपना अहम् नहीं हैं। आप इन सबसे कहीं अधिक महान हैं। त्रि-आयामी संसार में जीवित रहने के लिए आपको अपने अहम् की आवश्यकता है, लेकिन आपको केवल उस अहम् के हिस्से की आवश्यकता है जो सूचना को संसाधित करता है। शेष भाग— अहंकार, घमंड, रक्षात्मकता, भय—बेकार से भी बदतर है। अहम् का शेष भाग आपको ज्ञान, आनंद और ईश्वर से अलग करता है। आपको अपने अहम् से ऊपर उठकर अपने सच्चे स्व को खोजना होगा। सच्चा स्व आपका स्थायी, सबसे गहरा भाग है। यह बुद्धिमान, प्रेममय, सुरक्षित और आनंदमय है।”
"तीन आयामी दुनिया में बुद्धि महत्वपूर्ण है, लेकिन अंतर्ज्ञान अधिक महत्वपूर्ण है।"
आपने वास्तविकता और भ्रम को उलट दिया है। वास्तविकता आपकी अमरता, दिव्यता और शाश्वतता की पहचान है। भ्रम आपका क्षणभंगुर त्रि-आयामी संसार है। यह उलटफेर आपके लिए हानिकारक है। आप ज्ञान और प्रेम की सुरक्षा के बजाय सुरक्षा के भ्रम की लालसा रखते हैं। आप स्वीकार किए जाने की लालसा रखते हैं, जबकि वास्तविकता में आपको कभी अस्वीकार नहीं किया जा सकता। अहंकार भ्रम पैदा करता है और सत्य को छुपाता है। अहंकार का विघटन आवश्यक है, तभी सत्य प्रकट हो सकता है।
प्रेम और समझ से असीम धैर्य का दृष्टिकोण प्राप्त होता है। आपको इतनी जल्दी क्या है? वैसे भी समय का कोई अस्तित्व नहीं है; यह केवल आपको ऐसा प्रतीत होता है। जब आप वर्तमान का अनुभव नहीं कर रहे होते, जब आप अतीत में डूबे रहते हैं या भविष्य की चिंता में डूबे रहते हैं, तो आप स्वयं को बहुत दुख और पीड़ा पहुंचाते

हैं। समय भी एक भ्रम है। यहां तक कि त्रि-आयामी दुनिया में भी, भविष्य केवल संभावनाओं की एक प्रणाली है। आप इतनी चिंता क्यों करते हैं?
स्वयं का उपचार किया जा सकता है। समझ ही चिकित्सा है। प्रेम ही परम चिकित्सा है। चिकित्सक, शिक्षक और गुरु मदद कर सकते हैं, लेकिन केवल सीमित समय के लिए। दिशा भीतर की ओर है, और देर-सवेर इस भीतरी मार्ग पर अकेले ही चलना पड़ता है। हालांकि वास्तविकता में आप कभी अकेले नहीं होते।
अगर समय मापना ही है, तो सीखे गए सबकों के आधार पर मापें, मिनटों, घंटों या वर्षों के आधार पर नहीं। सही समझ आने पर आप पांच मिनट में खुद को ठीक कर सकते हैं। या पचास वर्षों में भी। बात एक ही है।
"बीते हुए कल को याद करके भुला देना चाहिए। उसे जाने दो। यह बात बचपन के आघातों और पिछले जन्म के आघातों पर लागू होती है। लेकिन यह बात आपके मन में बिठाई गई सोच, गलत धारणाओं, विश्वास प्रणालियों और सभी पुराने विचारों पर भी लागू होती है। वास्तव में, सभी विचारों पर। इतने सारे विचारों के साथ आप कैसे नए सिरे से और स्पष्ट रूप से देख सकते हैं? अगर आपको कुछ नया सीखना हो, तो क्या होगा? एक नए नजरिए से?"
विचार अलगाव और भिन्नता का भ्रम पैदा करते हैं। अहंकार इस भ्रम को कायम रखता है, और यह भ्रम भय, चिंता और अत्यधिक दुःख उत्पन्न करता है। भय, चिंता और दुःख बदले में क्रोध और हिंसा को जन्म देते हैं। जब ये अराजक भावनाएँ हावी हों तो दुनिया में शांति कैसे रह सकती है? बस उलझन को सुलझाएँ। समस्या की जड़ तक लौटें। आप फिर से विचारों में उलझ गए हैं, पुराने विचारों में। सोचना बंद करें। इसके बजाय, प्रेम का पुनः अनुभव करने के लिए अपनी सहज

बुद्धि का उपयोग करें। ध्यान करें। देखें कि सब कुछ आपस में जुड़ा हुआ और एक दूसरे पर निर्भर है। एकता को देखें, भिन्नताओं को नहीं। अपने सच्चे स्वरूप को देखें। ईश्वर को देखें।
ध्यान और कल्पना आपको ज्यादा सोचने से रोकने में मदद करेंगे और आपको वापसी की राह पर ले जाएंगे। उपचार होगा। आप अपने अप्रयुक्त मन का उपयोग करना शुरू करेंगे। आप देखेंगे। आप समझेंगे। और आप बुद्धिमान बनेंगे। तब शांति मिलेगी।
आपका अपने आप से भी रिश्ता है और दूसरों से भी। आपने अनेक शरीर धारण किए हैं और अनेक कालखंडों में जिए हैं। इसलिए अपने वर्तमान स्वरूप से पूछिए कि वह इतना भयभीत क्यों है? आप उचित जोखिम उठाने से क्यों डरते हैं? क्या आप अपनी प्रतिष्ठा से डरते हैं, दूसरों की सोच से डरते हैं? ये भय बचपन से या उससे भी पहले से मौजूद हैं।
अपने आप से ये सवाल पूछिए: खोने को क्या है? सबसे बुरा क्या हो सकता है? क्या मैं अपना बाकी जीवन इस तरह जीने से संतुष्ट हूँ? मृत्यु की पृष्ठभूमि में, क्या यह इतना जोखिम भरा है?
अपनी उन्नति में, दूसरों में क्रोध उत्पन्न करने से मत डरो। क्रोध तो केवल उनकी असुरक्षा की अभिव्यक्ति है। परन्तु इस क्रोध से डरना तुम्हें पीछे खींच सकता है। क्रोध तो केवल मूर्खता है यदि वह इतना दुख उत्पन्न न करता। अपने क्रोध को प्रेम और क्षमा में विलीन कर दो।
अवसाद या चिंता को अपनी प्रगति में बाधक न बनने दें। अवसाद से व्यक्ति अपना दृष्टिकोण खो देता है, भूलने लगता है और चीजों को हल्के में लेने लगता है। अपना ध्यान केंद्रित करें। अपने मूल्यों को फिर से निर्धारित करें। याद रखें कि किन चीजों को हल्के में नहीं लेना चाहिए। अपना नजरिया बदलें और याद रखें कि

क्या महत्वपूर्ण है और क्या कम महत्वपूर्ण है। पुरानी दिनचर्या से बाहर निकलें। आशा रखना न भूलें।
“चिंता अहंकार में खो जाना है। यह अपनी सीमाओं का उल्लंघन है। इसमें प्रेम की धुंधली सी याद, स्वाभिमान को ठेस, धैर्य और शांति का खो जाना शामिल है। याद रखें, आप कभी अकेले नहीं हैं।” “जोखिम लेने का साहस कभी मत खोना। तुम अमर हो। तुम्हें कभी चोट नहीं लग सकती।”

कभी-कभी ये संदेश मनोवैज्ञानिक पहलुओं से बहुत अलग होते हैं और किसी पुराने, उपदेशात्मक स्रोत से आए प्रतीत होते हैं। शैली बिल्कुल भिन्न होती है। ऐसा लगता है मानो मैं किसी से लिखवा रहा हूँ।
कर्म कई प्रकार के होते हैं, जिन्हें संतुलित करना होता है। व्यक्तिगत कर्म व्यक्ति के अपने दायित्वों से संबंधित होते हैं, जो उसके लिए अद्वितीय होते हैं। लेकिन सामूहिक कर्म भी होता है, जो समूह के सामूहिक ऋणों को दर्शाता है, और कई समूह होते हैं: धर्म, जातियाँ, राष्ट्रीयताएँ, इत्यादि। व्यापक स्तर पर, ग्रहीय कर्म होता है, जो समय के साथ ग्रह के भाग्य और परिणाम को प्रभावित करता है। सामूहिक कर्म में न केवल व्यक्तिगत ऋण संचित होते हैं और उनका निपटारा किया जाता है, बल्कि अंततः उसका परिणाम समूह, देश या ग्रह पर लागू होता है। ऐसे सामूहिक कर्म का अनुप्रयोग समूह या देश के भविष्य को निर्धारित करता है। लेकिन यह पुनर्जन्म लेने वाले व्यक्ति पर भी लागू होता है, चाहे वह समूह या देश के भीतर हो, या साथ-साथ और प्रतिच्छेदित होते हुए लेकिन समूह के भीतर नहीं, या बाद में किसी समय।

“सही कर्म तभी सही कर्म कहलाता है जब वह ईश्वर की ओर जाने वाले मार्ग पर चलता है। अन्य सभी मार्ग अंततः बंद गलियाँ या भ्रम हैं, और उन मार्गों पर चलने वाला कर्म सही कर्म नहीं है। इस प्रकार सही कर्म व्यक्ति की आध्यात्मिकता और ईश्वर की ओर लौटने में सहायक होता है। जो कर्म न्याय, दया, प्रेम, ज्ञान और उन गुणों को बढ़ावा देता है जिन्हें हम ईश्वरीय या आध्यात्मिक कहते हैं, वह अनिवार्य रूप से सही कर्म है। सही कर्म का फल ही हमारा लक्ष्य है। अन्य मार्गों पर चलने वाले कर्मों के फल क्षणभंगुर, भ्रामक और झूठे होते हैं। ये फल हमें फंसाते और धोखा देते हैं, लेकिन वे हमारी वास्तविक इच्छा नहीं हैं। सही कर्म के फल में हमारे सभी लक्ष्य, इच्छाएँ और हमारी सभी आवश्यकताएँ या इच्छाएँ शामिल हैं।”
“शोहरत एक उदाहरण है। जो प्रसिद्धि को ही अपना लक्ष्य मानता है, उसे कुछ समय के लिए प्रसिद्धि मिल सकती है। लेकिन वह प्रसिद्धि क्षणिक होगी और संतुष्टि नहीं देगी। वहीं, यदि प्रसिद्धि बिना बुलाए, सही कर्मों के फलस्वरूप, मार्ग पर चलने के कारण प्राप्त हो, तो वह प्रसिद्धि स्थायी और उचित होगी। लेकिन मार्ग पर चलने वाले व्यक्ति के लिए इसका कोई महत्व नहीं होगा। यही अंतर है स्वार्थवश, व्यक्तिगत लाभ के लिए चाही गई प्रसिद्धि और बिना चाहे, सही कर्मों के फलस्वरूप प्राप्त प्रसिद्धि में। पहली प्रसिद्धि भ्रम है और क्षणभंगुर है। दूसरी प्रसिद्धि वास्तविक और स्थायी है, जो आत्मा से जुड़ी रहती है। पहली प्रसिद्धि कर्मों को समेटती है और उसका संतुलन आवश्यक है; दूसरी नहीं।”

कभी-कभी संदेश बहुत तेजी से और संक्षिप्त रूप से गुजरते हैं। "लक्ष्य जीतना नहीं, बल्कि खुलापन लाना है।"

फिर, मानो उसकी बारी दोबारा आ गई हो, मनोवैज्ञानिक स्रोत और तीव्र गति से उत्पन्न होने वाली प्रतिक्रियाओं से अधिक। ईश्वर क्षमा करता है, लेकिन आपको भी लोगों से क्षमा प्राप्त करनी होगी... और आपको भी उन्हें क्षमा करना होगा। क्षमा करना आपका दायित्व भी है। आपको क्षमा करना चाहिए और क्षमा प्राप्त करनी चाहिए। मनोविश्लेषण क्षति को ठीक नहीं करता। आपको अभी भी समझ से आगे बढ़कर बदलाव लाने होंगे, दुनिया को बेहतर बनाना होगा, रिश्तों को सुधारना होगा, दूसरों को क्षमा करना होगा और उनकी क्षमा स्वीकार करनी होगी। सद्गुणों की खोज में सक्रिय रहना अत्यंत महत्वपूर्ण है। केवल दिखावा पर्याप्त नहीं है। उपाय किए बिना बौद्धिक समझ पर्याप्त नहीं है। अपने प्रेम को व्यक्त करना ही पर्याप्त है।

अध्याय 10

मै यहाँ पहले आ चुका हूँ,
लेकिन कब और कैसे, यह मैं नहीं बता सकता;
मुझे दरवाजे के उस पार की घास के बारे में पता है, मीठी और तीखी खुशबू,
आह भरने की आवाज़, किनारे के चारों ओर की रोशनी।
तुम पहले भी मेरी हो चुकी हो-
मुझे नहीं पता कि यह कितने समय पहले की बात है:
लेकिन ठीक उसी समय जब वह अबाबील उड़ रही थी
आपकी गर्दन इस तरह मुड़ी हुई थी,
कोई न कोई पर्दा जरूर गिरा था, मुझे यह बात बहुत पहले से पता थी। डांटे गैब्रियल रोसेटी
पेड्रो एक कठिन जीवन के मध्य में प्रवेश कर चुका था। कभी-कभी कठिन जीवन ही सीखने के सबसे अधिक अवसर प्रदान करते हैं, अपने मार्ग पर तेजी से प्रगति करने के अवसर। कभी-कभी अपेक्षाकृत आसान जीवन उन्नति के कम अवसर प्रदान करते हैं। वे विश्राम के समय होते हैं। यह निश्चित रूप से आसान जीवन में से एक नहीं था। पेड्रो तुरंत क्रोधित हो गया और उसने अपने जबड़े कसकर भींच लिए। “वे मुझे जाने के लिए मजबूर कर रहे हैं, और मैं जाना नहीं चाहता।... मैं इस तरह का जीवन नहीं जीना चाहता!”
मैंने स्पष्टीकरण मांगते हुए पूछा, "वे आपको कहाँ ले जा रहे हैं?"
“पुजारी बनना, भिक्षु बनना... मुझे यह नहीं चाहिए!” उसने दृढ़ता से कहा। वह कुछ पल चुप रहा, अभी भी क्रोधित था। फिर उसने समझाना शुरू किया।

“मैं सबसे छोटा बेटा हूँ। मुझसे यही उम्मीद की जाती है। लेकिन मैं उसे छोड़ना नहीं चाहता... हम एक-दूसरे से प्यार करते हैं; लेकिन अगर मैं चला गया, तो वह किसी और की हो जाएगी, मेरी नहीं... मैं यह बर्दाश्त नहीं कर सकता। मैं पहले मरना पसंद करूँगा!” लेकिन उनकी मृत्यु नहीं हुई। इसके बजाय, उन्होंने धीरे-धीरे अपरिहार्य को स्वीकार कर लिया। उन्हें अपने प्यार से अलग होना ही था। उनका दिल छलनी हो गया था, लेकिन फिर भी वे जीवित रहे। इतने वर्ष बीत गए।
“अब हालात इतने बुरे नहीं हैं। जीवन शांतिपूर्ण है। मैं मठाधीश से बहुत जुड़ा हुआ हूँ और मैंने उनके साथ रहने का फैसला किया है…” कुछ देर की चुप्पी के बाद, एक स्वीकृति।
“वह मेरा भाई है... मेरा भाई। मुझे पता है कि वह वही है। हम बहुत करीब हैं। मैं उसकी आँखें देख सकता हूँ!”
पेड्रो को आखिरकार उसका मृत भाई मिल गया था। मुझे पता था कि अब उसका दुख कम होने लगेगा। दोनों भाई पहले साथ रह चुके थे। और अगर पहले भी साथ रह चुके थे, तो वे फिर से साथ हो सकते थे।
कई साल बीत गए। मठाधीश बूढ़ा हो गया।
“वह जल्द ही मुझे छोड़कर चले जाएंगे,” पेड्रो ने भविष्यवाणी की। “लेकिन हम स्वर्ग में फिर से मिलेंगे… हमने इसके लिए प्रार्थना की है।” मठाधीश का जल्द ही निधन हो गया और पेड्रो शोक में डूब गया।
उन्होंने प्रार्थना और ध्यान किया, और उनकी मृत्यु का समय निकट आ गया। उन्हें तपेदिक हो गया था और वे खांस रहे थे। सांस लेने में कठिनाई हो रही थी। उनके आध्यात्मिक भाई उनके बिस्तर के चारों ओर खड़े थे।

मैंने उसे जल्दी से दूसरी तरफ जाने दिया। दोबारा कष्ट सहने की कोई जरूरत नहीं थी।
"मैंने क्रोध और क्षमा के बारे में सीखा," उन्होंने मुझसे उस जीवन के सबक के बारे में पूछने का इंतजार किए बिना ही कहना शुरू कर दिया।
मैंने सीखा कि क्रोध करना मूर्खता है। यह आत्मा को खोखला कर देता है। मेरे माता-पिता ने वही किया जो उन्हें मेरे और अपने लिए सबसे अच्छा लगा। वे मेरी भावनाओं की तीव्रता को नहीं समझ पाए और न ही यह कि मेरे जीवन की दिशा तय करने का अधिकार मेरा है, उनका नहीं। उनकी मंशा अच्छी थी, लेकिन वे समझ नहीं पाए। वे अज्ञानी थे... लेकिन मैं भी अज्ञानी रहा हूँ। मैंने दूसरों के जीवन पर नियंत्रण किया है। तो मैं उनका न्याय कैसे कर सकता हूँ या उन पर क्रोधित कैसे हो सकता हूँ, जब मैंने भी वही किया है? वह फिर चुप हो गया, फिर बोला, “इसीलिए क्षमा इतनी महत्वपूर्ण है। हम सबने ऐसे काम किए हैं जिनके लिए हम दूसरों की निंदा करते हैं। अगर हम क्षमा पाना चाहते हैं, तो हमें उन्हें क्षमा करना होगा। ईश्वर हमें क्षमा करता है। हमें भी क्षमा करना चाहिए।” वह अभी भी पाठों की समीक्षा कर रहा था।
उन्होंने निष्कर्ष निकालते हुए कहा, “अगर मेरी मर्ज़ी चलती तो मैं मठाधीश से कभी नहीं मिलता। हमेशा प्रतिफल, हमेशा कृपा, हमेशा अच्छाई मिलती है, बस हमें उसे खोजना होता है। अगर मैं क्रोधित और कड़वा बना रहता, अगर मैं अपने जीवन से नाराज़ रहता, तो मैं उस प्रेम और अच्छाई से वंचित रह जाता जो मुझे मठ में मिली।”
कुछ और छोटे-छोटे सबक भी थे।

उन्होंने आगे कहा, “मैंने प्रार्थना और ध्यान की शक्ति के बारे में जाना।” उस संतमय जीवन के पाठों और निहितार्थों पर विचार करते हुए वे फिर चुप हो गए।
उन्होंने अनुमान लगाया, "शायद रोमांटिक प्रेम का त्याग करना बेहतर था, क्योंकि..."
ईश्वर और अपने भाइयों के प्रति अधिक प्रेम।
मुझे यकीन नहीं था, और न ही उसे। कई सौ साल बाद जर्मनी में, पेड्रो की आत्मा ने, मैग्डा के रूप में, एक बिल्कुल अलग रास्ता चुना।
पेड्रो की आध्यात्मिक प्रेम और रोमांटिक प्रेम के मिलन बिंदु को खोजने की यात्रा में अगला कदम भिक्षु की स्मृति के तुरंत बाद हुआ।
“मुझे एक दूसरे जीवन की ओर वापस खींचा जा रहा है,” उसने अचानक घोषणा की। “मुझे जाना ही होगा!”
मैंने आग्रह किया, "आगे बढ़ो। क्या हो रहा है?"
वह कुछ क्षणों के लिए चुप रहा।
“मैं ज़मीन पर पड़ा हूँ, बुरी तरह घायल हूँ... आस-पास सैनिक हैं। उन्होंने मुझे ज़मीन और चट्टानों पर घसीटा है... मैं मर रहा हूँ!” उसने हांफते हुए कहा।
“मेरे सिर और कमर में बहुत दर्द हो रहा है,” उसने धीमी आवाज़ में कहा। “अब उन्हें मुझमें कोई दिलचस्पी नहीं रही।”
इस बेचारे आदमी की बाकी कहानी धीरे-धीरे सामने आई।
जब उसने जवाब देना बंद कर दिया, तो सैनिक चले गए। वह उन्हें अपने ऊपर छोटी चमड़े की वर्दी और बूटों में देख सकता था। वे खुश नहीं थे। वे मजे कर रहे थे, लेकिन उनका इरादा उसे मारने का नहीं था।

वे दुखी भी नहीं थे। ये लोग कुछ खास मायने नहीं रखते थे। कुल मिलाकर, एक असंतोषजनक अनुभव।
उसकी बेटी रोती-बिलखती उसके पास आई और उसने धीरे से उसका सिर अपनी गोद में रख लिया। वह लयबद्ध तरीके से उसे झुला रही थी, और वह अपने क्षत-विक्षत शरीर से जीवन के क्षीण होते हुए महसूस कर सकता था। उसकी पसलियां अवश्य टूट गई होंगी क्योंकि हर सांस के साथ तेज दर्द हो रहा था। उसके मुंह में खून का स्वाद आ रहा था। अब उसकी ताकत तेजी से कम होती जा रही थी। उसने अपनी बेटी से बात करने की कोशिश की, लेकिन एक शब्द भी नहीं बोल सका। उसके शरीर के भीतरी हिस्सों से एक धीमी सी गड़गड़ाहट की आवाज आ रही थी।
“मैं आपसे प्यार करती हूँ, पिताजी,” उसने अपनी बेटी को धीरे से कहते सुना। वह जवाब देने के लिए बहुत कमजोर था। वह अपनी बेटी से बहुत प्यार करता था। वह उसे असहनीय रूप से याद करेगा।
उनकी आंखें आखिरी बार बंद हुईं और असहनीय दर्द गायब हो गया। किसी तरह उन्हें अभी भी दिखाई दे रहा था। वे बेहद हल्के और मुक्त महसूस कर रहे थे। उन्होंने खुद को अपने बेजान शरीर को देखते हुए पाया, उनका सिर और कंधे उनकी बेटी की गोद में शिथिल पड़े थे। उनकी बेटी सिसक रही थी, उसे बिल्कुल भी पता नहीं था कि अब उन्हें शांति मिल चुकी है, दर्द खत्म हो गया है। वह केवल उनके शरीर पर ध्यान केंद्रित कर रही थी, एक ऐसा शरीर जो अब उन्हें थामे नहीं था, धीरे-धीरे आगे-पीछे हिल रहा था।
अगर वह चाहे तो अब अपने परिवार को छोड़ सकता है। वे ठीक रहेंगे। उन्हें बस इतना याद रखना होगा कि जब उनका समय आएगा तो उन्हें भी अपना शरीर छोड़ना होगा।
उन्हें एक अद्भुत प्रकाश का आभास हुआ, जो हजारों सूर्यों से भी अधिक चमकीला और सुंदर था। फिर भी वे उसे सीधे देख नहीं पा रहे

थे। प्रकाश में या उसके आस-पास कोई उन्हें इशारा कर रहा था। उनकी दादी! वे बहुत युवा, बहुत तेजस्वी और बहुत स्वस्थ दिख रही थीं। वे उनके पास जाना चाहते थे, और पल भर में वे प्रकाश के पास उनके साथ थे।
“तुम्हें फिर से देखकर अच्छा लगा, मेरे बच्चे,” उसने मन ही मन सोचा, ये शब्द उसके मन में उभर आए। “बहुत समय हो गया है।”
उसने आत्मिक आलिंगन में उसे गले लगाया और वे दोनों साथ मिलकर प्रकाश की ओर चल पड़े।
पेड्रो की मार्मिक कहानी ने मुझे पूरी तरह से मंत्रमुग्ध कर दिया। अपनी बेटी को छोड़कर जाने के उसके दुख से मैं बहुत प्रभावित हुआ और उसके विदाई के शब्दों में छिपी गहरी उदासी को महसूस कर सका। हालांकि, उसकी दादी से हुई उसकी मुलाकात से मुझे बहुत खुशी मिली।
अगर मैं उस क्षण की भावनाओं से इतना अभिभूत न होता, जिसने मेरे अपने बेटे की मृत्यु की दुखद स्मृति को भी ताजा कर दिया, तो शायद मेरा दिमाग पेड्रो और एलिजाबेथ के बीच संबंध स्थापित कर पाता। मैंने बेटी के शब्द पहले भी सुने थे। मरियम के रूप में, एलिजाबेथ खून से लथपथ ज़मीन पर अपने मरते हुए पिता को गोद में लिए आगे-पीछे झूल रही थी और उसने भी वही विलाप फुसफुसाया था। दोनों कहानियाँ अजीब तरह से मिलती-जुलती थीं।
उस समय न केवल मेरी दृष्टि भावनाओं से धुंधली हो गई थी, बल्कि एलिजाबेथ के बयान के बाद से कई सप्ताह और दर्जनों अन्य मरीज़ आ चुके थे, जिससे मेरी जागरूकता और भी कम हो गई थी।
उनकी आपस में जुड़ी नियतियों का पता बाद में चलेगा।

* * *

दस साल बाद मियामी में हमारी मुलाकात एडम से दोबारा हुई। उन्होंने कैथरीन के माध्यम से हमसे बात की, जो 'मेनी लाइव्स, मेनी मास्टर्स' में वर्णित मरीज़ थीं, और उसके बाद हमारी ज़िंदगी पूरी तरह बदल गई। एक दशक के दर्द के बाद, हमें आत्माओं की अमरता का एहसास होने लगा।

अध्याय 11

कई बार मनुष्य जीता है और मर जाता है
उनकी दो अनंतताओं के बीच,
जाति का और आत्मा का,
और प्राचीन आयरलैंड को यह सब पता था।
क्या मनुष्य अपने बिस्तर पर मरता है?
या फिर राइफल की गोली से उसकी मौत हो जाती है।
उन प्रियजनों से कुछ समय के लिए बिछड़ना
यही सबसे बुरी चीज है जिससे इंसान को डरना चाहिए।
हालांकि कब्र खोदने वालों का श्रम लंबा होता है,
उनके फावड़े तेज थे, उनकी मांसपेशियां मजबूत थीं।
उन्होंने अपने दफन किए गए आदमियों को धकेल दिया
फिर से मानव मन में वापसी।
डब्ल्यू.बी. येट्स
एलिज़ाबेथ अपनी जानी-पहचानी रिक्लाइनर कुर्सी पर बैठी धीरे- धीरे सिसक रही थी। उसकी आंखों से मस्कारा टेढ़ी-मेढ़ी रेखाओं में बह रहा था। मैंने उसे एक टिश्यू दिया, और वह अनमने ढंग से अपनी आंखों को पोंछने लगी क्योंकि काले मस्कारा की रेखाएं उसकी ठुड्डी की ओर तेज़ी से नीचे उतर रही थीं।
उसने अभी-अभी एक आयरिश महिला के रूप में बिताए अपने जीवन की कहानी समाप्त की थी, एक ऐसा जीवन जो शांतिपूर्ण और सुखमय तरीके से समाप्त हुआ था। फिर भी, उसके वर्तमान जीवन, जिसमें हानियाँ और निराशाएँ भरी हैं, के साथ यह जीवन का गहरा अंतर उसे पीड़ा दे रहा था। और इसलिए, सुखद अंत के बावजूद, वह रो पड़ी। ये आँसू दुख के थे, खुशी के नहीं।

आज का सत्र काफी शांत ढंग से शुरू हुआ था। एलिज़ाबेथ ने हाल ही में रिश्ते में आने के लिए ऊर्जा और आत्मविश्वास हासिल किया था, और इस बार एक अधेड़ उम्र के व्यक्ति के साथ अल्पकालिक संबंध बनाने का फैसला किया था। एलिज़ाबेथ शुरू में उसकी ओर इसलिए आकर्षित हुई क्योंकि उसके पास पैसा और रुतबा था। लेकिन उनके बीच कोई आकर्षण नहीं था, कम से कम उसकी ओर से तो नहीं। उसका मन उसे शांत रहने के लिए कह रहा था, यह स्वीकार करने के लिए कि वह सुरक्षित है, वह उसकी काफी परवाह करता हुआ प्रतीत होता है, और वैसे भी उसके लिए और कौन था?
एलिजाबेथ के दिल ने कहा नहीं। समझौता मत करो। तुम उससे प्यार नहीं करती, और बिना प्यार के क्या है?
अंततः उसके दिल की आवाज़ जीत गई। वह उसे रिश्ते को गहरा करने, शारीरिक संबंध बनाने और प्रतिबद्धताएँ निभाने के लिए दबाव डाल रहा था। एलिज़ाबेथ ने इसे खत्म करने का फैसला किया। उसे राहत मिली, फिर से अकेले होने का दुख हुआ, लेकिन वह उदास नहीं थी। कुल मिलाकर, वह इस रिश्ते के अंत को बहुत ही उचित तरीके से संभाल रही थी। और फिर भी वह यहाँ थी, आँखें लाल, नाक बंद, मस्कारा बेतरतीब ढंग से फैला हुआ।
जब हमने प्रतिगमन प्रक्रिया शुरू की, तो एलिजाबेथ गहरी समाधि में चली गई, और मैंने उसे एक बार फिर समय में पीछे ले गया। इस बार वह कई सदियों पहले आयरलैंड में प्रकट हुई।
खुद को पहचानते ही उसने तुरंत कहा, “मैं बहुत सुंदर हूँ। मेरे बाल काले हैं और आँखें हल्के नीले रंग की हैं।... मैं बहुत सादे कपड़े पहनती हूँ और मेकअप या गहने नहीं लगाती... मानो मैं खुद को छिपा रही हूँ। मेरी त्वचा मलाई जैसी सफेद है।”
"किससे छिप रही हो?" मैंने उसकी बात मानते हुए पूछा।

वह कुछ पल चुप रही, जवाब की तलाश में। “मेरे पति से... हाँ, उनसे। ओह, वे तो बड़े बदतमीज़ हैं! वे बहुत ज़्यादा शराब पीते हैं और हिंसक हो जाते हैं... वे बहुत स्वार्थी हैं... मैं इस शादी को कोसती हूँ!”
मैंने मासूमियत से पूछा, "आपने उसे क्यों चुना?"
“मैंने उसे नहीं चुना।... मैं उसे कभी नहीं चुनूंगी। मेरे माता- पिता ने उसे चुना था, और अब वे मर चुके हैं।... वे मर चुके हैं, लेकिन मुझे अभी भी उसके साथ रहना है। अब वही मेरा सब कुछ है,” उसने गुस्से के साथ-साथ नाजुक उदासी भरी आवाज में कहा।
मैंने पूछा, “क्या आपके कोई बच्चे हैं? क्या आपके साथ कोई और रहता है?”
“नहीं।” उसका गुस्सा कम हो रहा था, लेकिन उदासी अब और भी स्पष्ट थी। “मैं नहीं कर सकती। मेरा… गर्भपात हो गया था। बहुत ज़्यादा खून बह रहा था… और संक्रमण भी हो गया था। वे कहते हैं कि मैं बच्चे पैदा नहीं कर सकती… वह इस बात पर भी मुझसे नाराज़ है… वह मुझे दोष देता है… कि मैंने उसे बेटे क्यों नहीं दिए। जैसे कि मैं यही चाहती थी!” वह फिर से परेशान हो गई।
“वह मुझे मारता है,” उसने अचानक धीमी आवाज़ में कहा। “वह मुझे ऐसे मारता है जैसे मैं कोई कुत्ता हूँ। मुझे उससे इतनी नफ़रत है।” वह चुप हो गई और उसकी आँखों के कोनों में आँसू आ गए।
“क्या वह तुम्हें मारता है?” मैंने भी यही सवाल दोहराया। “हां,” उसने सरलता से उत्तर दिया।
मैंने और जानने की प्रतीक्षा की, लेकिन वह विस्तार से बताने से हिचकिचा रही थी। मैंने जोर देकर पूछा, "वह तुम्हें कहाँ मारता है?"
मेरी पीठ पर, मेरी बाहों पर, मेरे चेहरे पर। हर जगह।

"क्या आप उसे रोक सकते हैं?"
“कभी-कभी। मैं भी उसे मारती थी, लेकिन फिर वो मुझे और ज़्यादा चोट पहुँचाता था। वो बहुत ज़्यादा शराब पीता है। मेरे लिए सबसे अच्छा यही है कि मैं मार सह लूँ। आखिरकार वो थक जाता है और रुक जाता है... अगली बार तक।”
मैंने उससे आग्रह किया, “उसे ध्यान से देखो। उसकी आँखों में देखो। देखो कि क्या तुम उसे अपने वर्तमान जीवन में किसी के रूप में पहचानती हो।”
एलिजाबेथ की आंखें सिकुड़ गईं और उसकी भौंहें तन गईं, मानो वह देख रही हो, हालांकि उसकी पलकें बंद ही रहीं।
मैं उसे जानता हूँ! यह जॉर्ज है... यह जॉर्ज है!"
“अच्छा। तुम उसी जीवनकाल में वापस आ गए हो। मार-पिटाई बंद हो गई है।”
उसने बैंकर जॉर्ज को पहचान लिया था, जिसके साथ डेढ़ साल पहले उसका रिश्ता था। वह रिश्ता तब खत्म हो गया था जब जॉर्ज शारीरिक रूप से हिंसक हो गया था।
दुर्व्यवहार जैसे व्यवहार के पैटर्न, यदि पहचाने और तोड़े न जाएं, तो कई जन्मों तक बने रह सकते हैं। अवचेतन स्तर पर एलिजाबेथ और जॉर्ज एक-दूसरे को याद कर रहे थे। वे एक बार फिर साथ आए, और उसने फिर से दुर्व्यवहार शुरू करने की कोशिश की। हालांकि, एलिजाबेथ ने सदियों में एक महत्वपूर्ण सबक सीखा था। इस बार एलिजाबेथ में दुर्व्यवहार शुरू होते ही उनके रिश्ते को खत्म करने का साहस और आत्मसम्मान था। जब पिछले जन्मों के मूल का पता चलता है, तो विनाशकारी पैटर्न को तोड़ना और भी आसान हो जाता है।

मैंने एलिजाबेथ की ओर देखा। वह चुप थी। वह बहुत उदास और निराश लग रही थी। मुझे उसके दुर्व्यवहार करने वाले पति के बारे में पर्याप्त जानकारी मिल चुकी थी, और मैंने उसे समय में आगे ले जाने का फैसला किया।
मैंने उससे कहा, “मैं तीन से एक तक उल्टी गिनती गिनूंगा और तुम्हारे माथे पर हल्के से थपथपाऊंगा। जैसे ही मैं ऐसा करूं, जीवन की अगली महत्वपूर्ण घटना के बारे में सोचो। गिनती करते समय उसे अपने मन में पूरी तरह से केंद्रित होने दो। देखो तुम्हारे साथ क्या होता है।”
एक गिनते ही वह खुशी से मुस्कुराने लगी। मुझे खुशी हुई कि इस अंधकारमय जीवन में थोड़ी सी रोशनी तो थी।
“भगवान का शुक्र है, उनकी मृत्यु हो गई है और मैं बहुत खुश हूँ,” उसने भावुक होकर कहा। “मैं अपने प्रिय पुरुष के साथ हूँ। वह बहुत दयालु और सौम्य हैं। वह मुझे कभी नहीं मारते। हम एक-दूसरे से प्यार करते हैं। वह बहुत अच्छे इंसान हैं। हम साथ में खुश हैं।” उसकी प्रसन्न मुस्कान कभी फीकी नहीं पड़ी।
मैंने पूछा, "आपके पति की मृत्यु कैसे हुई?"
“एक सराय में,” उसने मुस्कुराते हुए जवाब दिया। “वह लड़ाई में मारा गया। मुझे बताया गया कि उसे एक लंबे चाकू से सीने में वार किया गया था। चाकू उसके दिल को भेद गया होगा। मुझे बताया गया कि हर जगह खून ही खून था।”
“मुझे उनके निधन का दुख नहीं है,” उन्होंने आगे कहा। “अगर ऐसा न होता तो मैं जॉन से कभी न मिल पाती। जॉन एक अद्भुत इंसान थे।” उनके चेहरे पर फिर से वही चमकती मुस्कान लौट आई थी।

मैंने एक बार फिर आगे बढ़ना शुरू किया। मैंने निर्देश दिया, "समय में आगे बढ़ो और देखो कि तुम्हारे और जॉन के साथ क्या होता है। अपने जीवन की अगली महत्वपूर्ण घटना की ओर बढ़ो।"
वह चुपचाप बीते वर्षों का जायजा ले रही थी।
“मैं बहुत कमजोर हूँ। मेरा दिल बहुत ज़ोर से धड़क रहा है,” वह हांफते हुए बोली। “मैं सांस नहीं ले पा रही हूँ!” उसकी हालत इतनी बिगड़ चुकी थी कि वह अपनी मृत्यु के दिन तक पहुँच चुकी थी। मैंने पूछा, "क्या जॉन यहाँ है?"
“ओह, हाँ। वो बिस्तर पर बैठे मेरा हाथ पकड़े हुए हैं। वो बहुत चिंतित हैं, बहुत ध्यान से मेरी देखभाल कर रहे हैं। उन्हें पता है कि वो मुझे खोने वाले हैं। हम इस बात से दुखी हैं, लेकिन खुश भी हैं कि हमने इतने अच्छे साल साथ बिताए।” वो थोड़ी देर रुकीं, जॉन के साथ बिस्तर पर बिताए उस दृश्य को याद करते हुए। केवल एलिज़ाबेथ का अपनी प्यारी माँ के साथ रिश्ता ही उस अविश्वसनीय प्रेम, आनंद और आत्मीयता के स्तर तक पहुँच पाया था जो उन्होंने जॉन के साथ साझा की थी।
“जॉन को ध्यान से देखो। उसके चेहरे और आँखों में देखो। देखो कि क्या तुम उसे अपने वर्तमान जीवन के किसी व्यक्ति के रूप में पहचानते हो।” अक्सर, जब कोई मरीज़ दूसरे व्यक्ति की आँखों में देखता है, तो पहचान तुरंत और स्पष्ट रूप से हो जाती है। आँखें सचमुच आत्मा की खिड़की हो सकती हैं।
“नहीं,” उसने सरल शब्दों में कहा। “मैं उसे नहीं जानती।”
वह फिर रुकी, फिर घबराहट भरी आवाज में बोली।
“मेरा दिल जवाब दे रहा है,” उसने कहा। “यह बहुत अनियमित रूप से धड़क रहा है। मुझे ऐसा लग रहा है कि मैं अभी इस शरीर को छोड़ देना चाहती हूँ।”

"कोई बात नहीं। उस शरीर को छोड़ दो। मुझे बताना कि तुम्हारे साथ क्या होता है।"
कुछ क्षणों के बाद, उसने अपनी मृत्यु के बाद की घटनाओं का वर्णन करना शुरू किया। उसका चेहरा शांत दिख रहा था, उसकी सांसें सहज थीं।
मैं अपने शरीर के ऊपर और बगल में, छत के कोने के पास मंडरा रही हूँ। मैं जॉन को अपने शरीर के साथ बैठे हुए देख सकती हूँ। वह बस वहीं बैठा है। वह हिलना नहीं चाहता। अब वह बिल्कुल अकेला होगा।
हमारे पास एक-दूसरे के अलावा और कोई सहारा नहीं था।
“तो फिर आपके कभी बच्चे नहीं हुए?” मैंने स्पष्टीकरण के लिए पूछा।
“नहीं, मैं नहीं कर सकती थी। लेकिन यह महत्वपूर्ण नहीं था।
हमारे पास एक-दूसरे का साथ था, और यही हमारे लिए काफी था।” वह फिर से चुप हो गई, उसका चेहरा अभी भी शांत था, और उसके चेहरे पर हल्की सी मुस्कान थी।
“यहाँ का नज़ारा बेहद खूबसूरत है। मुझे अपने चारों ओर एक सुंदर प्रकाश का अहसास हो रहा है। यह मुझे अपनी ओर खींच रहा है और मैं इसका अनुसरण करना चाहता हूँ। यह एक अद्भुत प्रकाश है। यह आपको ऊर्जा से भर देता है!”
“ठीक है,” मैंने सहमति जताई।
“हम एक खूबसूरत घाटी से गुज़र रहे हैं, चारों ओर पेड़ और फूल ही पेड़ हैं।... मुझे बहुत सी बातें, बहुत सी जानकारी, बहुत सा ज्ञान प्राप्त हो रहा है। लेकिन मैं जॉन को भूलना नहीं चाहती। मुझे जॉन को याद रखना ही होगा, और अगर मैं ये सब बातें सीखती रहूँगी, तो शायद मैं जॉन को भूल जाऊँगी, और मैं भूल नहीं सकती!”

“तुम्हें जॉन भी याद होगा,” मैंने सलाह दी, लेकिन मुझे खुद भी पूरी तरह यकीन नहीं था। ये दूसरी जानकारी क्या थी जो उसे दी जा रही थी? मैंने उससे पूछा।
“यह सब जन्मों और ऊर्जाओं के बारे में है, कि हम अपने जन्मों का उपयोग अपनी ऊर्जाओं को परिपूर्ण करने के लिए कैसे करते हैं ताकि हम उच्चतर लोकों में जा सकें। वे मुझे ऊर्जा और प्रेम के बारे में बता रहे हैं और कैसे ये दोनों एक ही हैं... जब हम समझते हैं कि प्रेम वास्तव में क्या है। लेकिन मैं जॉन को भूलना नहीं चाहती!”
मैं आप सभी को जॉन के बारे में याद दिलाऊंगा।
"अच्छा।"
"क्या यहां और है?"
“नहीं, अभी के लिए बस इतना ही…” फिर उन्होंने आगे कहा, “हम अपनी अंतरात्मा की आवाज़ सुनकर प्यार के बारे में और अधिक जान सकते हैं।”
शायद इस आखिरी टिप्पणी के कई गहरे अर्थ थे, खासकर मेरे लिए। वर्षों पहले, गुरुओं ने कैथरीन के माध्यम से, उनके सत्रों के अंत में और उनके अद्भुत रहस्यों को उजागर करते हुए मुझसे कहा था, "हम जो आपको बता रहे हैं वह अभी के लिए है। अब आपको अपनी अंतरात्मा से सीखना होगा।" कैथरीन के सम्मोहन के माध्यम से अब और कोई रहस्य उजागर नहीं होंगे।
एलिजाबेथ आराम कर रही थी। आज भी कोई और रहस्योद्घाटन नहीं होगा। मैंने उसे जगाया, और जब उसका मन वर्तमान समय में वापस आ गया, तो वह धीरे-धीरे रोने लगी।
मैंने उससे धीरे से पूछा, "तुम क्यों रो रही हो?"

क्योंकि मैं उससे बहुत प्यार करती थी, और मुझे नहीं लगता कि मैं कभी किसी से इतना प्यार कर पाऊंगी। मैंने आज तक किसी ऐसे पुरुष से मुलाकात नहीं की जिससे मैं उस तरह प्यार कर सकूं और जो मुझे बदले में उतना ही प्यार करे। और उस प्यार के बिना मेरा जीवन कैसे पूरा हो सकता है? मैं कभी पूरी तरह खुश कैसे हो सकती हूं? मैंने आपत्ति जताते हुए कहा, "क्या पता," लेकिन मेरे अंदर कोई खास दृढ़ विश्वास नहीं था। "हो सकता है तुम किसी से मिलो और फिर से बेइंतहा प्यार में पड़ जाओ। हो सकता है तुम जॉन से दोबारा मिल जाओ, किसी और शरीर में।"
“ज़रूर,” उसने व्यंग्य भरे लहजे में कहा। उसके आँसू लगातार बह रहे थे। “तुम बस मुझे तसल्ली देने की कोशिश कर रहे हो। लॉटरी जीतने की संभावना उससे कहीं ज़्यादा है कि मैं उसे दोबारा पा सकूँ।”
मुझे याद आया, लॉटरी जीतने की संभावना चौदह मिलियन में एक थी।

* * *

थ्रू टाइम इनटू हीलिंग में, मैं एरियल और एंथनी के पुनर्मिलन का वर्णन करता हूँ।

लंबे और अनैच्छिक अलगाव के बाद अपने जीवनसाथी से पुनर्मिलन एक सुखद अनुभव हो सकता है।
एक ऐसा अनुभव जिसका इंतजार करना सार्थक है—भले ही वह इंतजार सदियों का ही क्यों न हो।
दक्षिण-पश्चिम में छुट्टियों के दौरान, मेरी पूर्व मरीज, एरियल, जो एक जीवविज्ञानी हैं,
मेरी मुलाकात एंथनी नाम के एक ऑस्ट्रेलियाई व्यक्ति से हुई।
दोनों ही भावनात्मक रूप से परिपक्व व्यक्ति थे।

जो पहले से शादीशुदा थे, और वे जल्दी ही एक-दूसरे के प्यार में पड़ गए और शादी कर ली।
सगाई हो गई। मियामी वापस आकर, एरियल ने सुझाव दिया कि एंथनी को एक रिग्रेशन करवाना चाहिए।
मेरे साथ एक सत्र आयोजित किया गया, सिर्फ यह देखने के लिए कि क्या वह अनुभव प्राप्त कर सकता है और यह देखने के लिए कि क्या सामने आया।" वे दोनों यह जानने के लिए उत्सुक थे कि क्या एरियल दिखाई देगी।
किसी भी तरह से एंथोनी के प्रतिगमन में।
एंथोनी एक बेहतरीन प्रतिगमन अध्ययन का विषय साबित हुआ। लगभग तुरंत ही,
वह लगभग उसी समय के आसपास उत्तरी अफ्रीका में बिताए अपने बेहद जीवंत जीवन में लौट आया।
हैनिबल, दो हजार साल से भी पहले। उस जीवनकाल में, एंथोनी ने
वह एक अत्यंत उन्नत सभ्यता का सदस्य था। उसकी जनजाति काफी अच्छी थी।
उनकी त्वचा उतरी हुई थी, और वे सोने के धातु गलाने वाले थे जिनके पास तरल आग का उपयोग करने की क्षमता थी।
नदियों की सतह पर इसे फैलाकर हथियार बनाया जाता था। एंथोनी एक युवक था।
अपने लगभग पच्चीस वर्ष की आयु में, वह पड़ोसी देश के साथ चालीस दिनों के युद्ध के बीच में था।
गहरे रंग की त्वचा वाले लोगों की जनजाति, जिनकी संख्या रक्षकों से कहीं अधिक थी।
दरअसल, एंथोनी के कबीले ने दुश्मन के कुछ सदस्यों को प्रशिक्षण दिया था।

जनजाति को युद्ध कला में प्रशिक्षित किया जा रहा था, और पूर्व प्रशिक्षुओं में से एक इसका नेतृत्व कर रहा था।
आक्रमण। शत्रु कबीले के एक लाख सैनिक तलवारें लिए हुए थे।
एंथनी और उसके लोग रस्सियों के सहारे एक बड़ी नदी पार कर रहे थे।
उन्होंने अपनी ही नदी पर तरल आग फैला दी, इस उम्मीद में कि वह हमलावरों तक पहुंच जाएगी।
हमलावरों के तट पर पहुंचने से पहले ही।
अपनी महिलाओं और बच्चों की रक्षा के लिए, रक्षा करने वाली जनजाति ने अपना अधिकांश हिस्सा लगा दिया।
उन्हें एक विशाल झील के बीच में बैंगनी पाल वाली बड़ी नावों पर ले जाया गया।
समूह में एंथोनी की युवा और प्रिय मंगेतर भी थी, जिसकी उम्र शायद सत्रह वर्ष थी।
या अठारह वर्ष की आयु। हालाँकि, तरल आग अचानक बेकाबू होकर भड़क उठी।
और नावों में आग लग गई। जनजाति की अधिकांश महिलाएं और बच्चे इस आग में मारे गए।
इस दुखद दुर्घटना में एंथनी की मंगेतर की भी मृत्यु हो गई, जो उनका सबसे बड़ा प्यार थी।
इस त्रासदी ने योद्धाओं का मनोबल तोड़ दिया, और वे जल्द ही पराजित। एंथोनी उन कुछ लोगों में से एक था जो नरसंहार से बच निकला।
भयंकर हाथापाई हुई। अंततः, वह एक गुप्त मार्ग से भाग निकला।
जिससे विशाल मंदिर के नीचे कमरों का एक जाल बन गया, जहाँ जनजाति के लोग रहते थे।

खजाने जमा किए गए थे।
वहाँ एंथोनी को एक और जीवित व्यक्ति मिला, उसका राजा।
उसने एंथोनी को उसे मारने का आदेश दिया, और एंथोनी, एक वफादार सैनिक होने के नाते, ने आदेश का पालन किया।
उसकी इच्छा के विरुद्ध। राजा की मृत्यु के बाद, एंथोनी अंधेरे में बिलकुल अकेला रह गया था।
वह मंदिर, जहाँ उन्होंने अपना समय सोने की पत्ती पर अपने लोगों का इतिहास लिखने में लगाया।
और लेखों को बड़े कलशों या जारों में सील कर दिया जाता था।
अंततः यहीं उनकी मृत्यु हुई।
भुखमरी और अपनी मंगेतर और अपने लोगों के खोने के गम से पीड़ित।
एक और बात थी। उस जन्म में उनकी मंगेतर का पुनर्जन्म हुआ था।
इस जन्म में एरियल। दो हज़ार साल बाद दोनों प्रेमी के रूप में फिर से मिले।
वर्षों बाद, आखिरकार लंबे समय से टल रही शादी होने वाली थी। एंथनी और एरियल को अलग हुए अभी सिर्फ एक घंटा ही बीता था कि तभी...
मेरे कार्यालय से बाहर निकल गया। लेकिन उनके पुनर्मिलन की शक्ति ऐसी थी कि वह
ऐसा लग रहा था मानो वे दो हजार वर्षों से एक-दूसरे से नहीं मिले हों।
हाल ही में एरियल और एंथनी का विवाह हुआ। उनका अचानक और तीव्र विवाह हुआ।
संयोगवश हुई इस मुलाकात का अब एक नया अर्थ निकल आया है, और
उनका पहले से ही भावुक रिश्ता अब निरंतरता की भावना से ओतप्रोत है।

साहसिक काम।
एंथोनी और एरियल उत्तरी अफ्रीका की यात्रा करने की योजना बना रहे हैं ताकि वे कुछ खोज सकें।
उनके पिछले जीवन के स्थान का पता लगाने और अन्य विवरण जानने के लिए।
वे खोजबीन करते हैं। वे जानते हैं कि उन्हें जो कुछ भी मिलेगा, उससे रोमांच और भी बढ़ जाएगा।
वे एक दूसरे में पाते हैं।

अध्याय 12

भले ही मैं अपने भावी जीवन में राजा न बनूं, लेकिन यह और भी अच्छा है: मैं फिर भी एक सक्रिय जीवन जीऊंगा और इसके अलावा, कम कृतघ्नता अर्जित करूंगा।
फ्रेडरिक द ग्रेट
मेरे दफ्तर में तेज़ एयर कंडीशनिंग के बावजूद, वह दूसरी बार बुरी तरह पसीना बहा रहा था। पसीना उसके चेहरे से बह रहा था, उसकी कमीज़ पूरी तरह भीग गई थी और उसकी गर्दन तक लुढ़क रहा था। कुछ देर पहले ही उसे कंपकंपी हुई थी और उसका शरीर कांप रहा था। लेकिन मलेरिया में ऐसा ही होता है, कभी हड्डियां जमा देने वाली ठंड तो कभी झुलसा देने वाली गर्मी। फ्रांसिस्को इस भयानक बीमारी से मर रहा था, अकेला और अपने प्रियजनों से हज़ारों मील दूर। यह मरने का एक भयानक और दर्दनाक तरीका था।
पेड्रो ने कार्यालय में अपनी मुलाक़ात की शुरुआत एक गहरी, सम्मोहक अवस्था में डूबकर की। वह पल भर में समय और स्थान के पार, अपने पिछले जन्म में चला गया, और तुरंत ही उसे पसीना आने लगा। मैंने टिशू पेपर से उसका चेहरा पोंछने की कोशिश की, लेकिन यह ऐसा था जैसे हाथों से बाढ़ को रोकने की कोशिश करना। पसीना लगातार बह रहा था। मुझे उम्मीद थी कि पसीने से भीगने के कारण होने वाली कोई भी शारीरिक परेशानी उसकी सम्मोहन अवस्था की गहराई और तीव्रता को प्रभावित नहीं करेगी।
“मैं एक आदमी हूँ... काले बालों और सांवली त्वचा वाला,” पसीने से तरबतर होकर हांफते हुए उसने कहा। “मैं एक बड़े लकड़ी के जहाज से सामान उतार रहा हूँ... भारी माल... यहाँ बहुत गर्मी है... मुझे पास

में ताड़ के पेड़ और कमजोर लकड़ी की इमारतें दिखाई दे रही हैं... मैं एक नाविक हूँ... हम नई दुनिया में हैं।”
मैंने पूछा, "क्या आप नाम जानते हैं?"
“फ्रांसिस्को... मेरा नाम फ्रांसिस्को है। मैं एक नाविक हूँ।” मेरा मतलब उस जगह के नाम से था, लेकिन उस जीवनकाल में उन्हें अपने नाम का ज्ञान हो गया था।
मैंने दोबारा पूछा, "क्या आपको इस जगह का नाम पता है?"
वह एक पल के लिए रुका, पसीने से तरबतर था। "मुझे ऐसा नहीं लगता," उसने जवाब दिया। "इन शापित बंदरगाहों में से एक... यहाँ सोना है। जंगल में... दूर पहाड़ों में कहीं। हम उसे ढूंढ लेंगे... जो कुछ मिलेगा, उसमें से कुछ मैं रख सकता हूँ... यह शापित जगह!"
मैंने और जानकारी हासिल करने के लिए पूछा, "आप कहाँ से हैं? क्या आपको पता है कि आपका घर कहाँ है?"
“समुद्र के उस पार,” उसने धैर्यपूर्वक उत्तर दिया। “स्पेन में… जहाँ से हम आए हैं।” वह अपने साथी नाविकों को भी शामिल कर रहा था, जो चिलचिलाती धूप में जहाज से माल उतार रहे थे।
मैंने पूछा, "क्या स्पेन में आपका कोई परिवार है?"
“मेरी पत्नी और बेटा वहीं हैं।... मुझे उनकी बहुत याद आती है, लेकिन वे ठीक हैं... खासकर मेरे भेजे सोने के साथ। मेरी माँ और बहनें भी वहीं हैं। यह आसान जीवन नहीं है।... मुझे उनकी बहुत याद आती है।”
मैं उनके परिवार के बारे में और अधिक जानना चाहता था।
मैंने उससे कहा, “मैं तुम्हें समय में पीछे ले जाऊंगा, स्पेन में तुम्हारे परिवार के पास, उस आखिरी समय में जब तुम दोनों साथ थे, इस नई दुनिया की यात्रा से पहले। मैं तुम्हारे माथे पर थपथपाऊंगा और तीन से एक तक उल्टी गिनती गिनूंगा। जब मैं एक पर

पहुंचूंगा, तो तुम स्पेन में अपने परिवार के साथ वापस आ जाओगे। तुम्हें सब कुछ याद रहेगा।”
“तीन...दो...एक। वहाँ रहना!”
पेड्रो की आंखें बंद पलकों के नीचे हिल रही थीं क्योंकि वह एक दृश्य का जायजा ले रहा था।
“मैं अपनी पत्नी और छोटे बेटे को देख सकता हूँ। हम खाने के लिए बैठे हैं।... मुझे लकड़ी की मेज और कुर्सियाँ दिखाई दे रही हैं। ... मेरी माँ भी वहाँ हैं,” उन्होंने कहा।
“उनके चेहरों को देखो, उनकी आँखों में देखो,” मैंने निर्देश दिया। “देखो कि क्या तुम उन्हें अपने वर्तमान जीवन में किसी के रूप में पहचानते हो।” मुझे चिंता थी कि जन्म-मृत्यु के बीच का यह बदलाव पेड्रो को भ्रमित कर सकता है और उसे फ्रांसिस्को के समय से पूरी तरह बाहर निकाल सकता है। लेकिन उसने इसे सहजता से संभाल लिया।
“मैं अपने बेटे को पहचानता हूँ। यह मेरा भाई है… ओह हाँ, यह जुआन है… कितना सुंदर!” उन्होंने अपने भाई को पहले भी तब पहचाना था, जब वह मठाधीश थे और पेड्रो भिक्षु थे। हालाँकि हमने उन्हें कभी प्रेमी-प्रेमिका के रूप में नहीं देखा था, जुआन पेड्रो के लिए एक अटूट आत्मीय साथी था। उनका आत्मिक जुड़ाव अद्भुत रूप से गहरा था।
उसने अपनी मां को नजरअंदाज कर दिया और पूरी तरह से अपनी युवा पत्नी पर ध्यान केंद्रित किया।
उन्होंने कहा, “हम एक-दूसरे से बहुत प्यार करते हैं। लेकिन मैं उसे इस जन्म में नहीं पहचानता। हमारा प्यार बहुत मजबूत है।”

वह कुछ देर चुप रहा, अपनी युवा पत्नी की यादों और उस गहरे प्यार का आनंद ले रहा था जो उन्होंने चार-पांच सौ साल पहले एक ऐसे स्पेन में साझा किया था जो आज के स्पेन से बहुत अलग था।
क्या पेड्रो को कभी इस तरह का प्यार मिलेगा? क्या फ्रांसिस्को की पत्नी की आत्मा भी सदियों का सफर तय करके यहाँ दोबारा आई है, और अगर ऐसा है, तो क्या वे कभी मिलेंगे?
मैं फ्रांसिस्को को वापस नई दुनिया में ले गया और उसे सोने की खोज में लगा दिया।
मैंने निर्देश दिया, “बंदरगाह पर वापस जाओ, जहाँ तुम जहाज़ से माल उतार रहे थे। अब उस नाविक के जीवन की अगली महत्वपूर्ण घटना पर ध्यान केंद्रित करो। जैसे ही मैं तीन से एक तक उल्टी गिनती गिनूँ और तुम्हारे माथे पर थपथपाऊँ, अगली महत्वपूर्ण घटना को अपने ध्यान में लाओ।”
“तीन...दो...एक। तुम वहाँ हो।”
फ्रांसिस्को कांपने लगा।
“मुझे बहुत ठंड लग रही है,” उसने शिकायत की। “लेकिन मुझे पता है कि वो भयानक बुखार फिर से आएगा!” जैसा अनुमान था, कुछ ही क्षणों बाद उसे फिर से ज़ोर-ज़ोर से पसीना आने लगा।
“धिक्कार है!” उसने गुस्से में कहा। “यह बीमारी मुझे मार डालेगी... और बाकी लोग मुझे पीछे छोड़ गए हैं... उन्हें पता है कि मैं उनके साथ नहीं चल सकता... उन्हें पता है कि मेरे लिए कोई उम्मीद नहीं है... मैं इस वीरान जगह में फंस गया हूँ। हमें तो वो सोने का खजाना भी नहीं मिला जिसके बारे में वे कसम खाकर कहते हैं कि वह यहाँ है।”
“क्या आप इस बीमारी से उबर गए?” मैंने धीरे से पूछा।

वह चुप था, और हम इंतज़ार करते रहे। “मैं इसी से मर गया। मैं जंगल से कभी बाहर नहीं निकल पाऊंगा… बुखार मुझे मार डालेगा, और मैं अपने परिवार को फिर कभी नहीं देख पाऊंगा। वे बहुत दुखी होंगे… मेरा बेटा बहुत छोटा है।” पेड्रो के चेहरे पर पसीना अब उसके आँसुओं के साथ मिल गया था। वह अपनी असामयिक मृत्यु पर शोक मना रहा था, एक अनजान धरती पर अकेला, एक ऐसी अजीब बीमारी से जिसे किसी नाविक के कौशल से भी नहीं हराया जा सकता था।
मैंने उसे फ्रांसिस्को के शरीर से अलग कर दिया, और वह बुखार और दर्द से मुक्त होकर, शोक और पीड़ा से परे, शांत और स्थिर अवस्था में तैरने लगा। उसका चेहरा बहुत शांत और तनावमुक्त था, और मैंने उसे आराम करने दिया।
मैंने पेड्रो के जीवन में घटी इन हानियों के सिलसिले पर विचार किया। अपनों से बार-बार बिछड़ना। इतना दुख। समय के अनिश्चित और धुंधले कोहरे में आगे बढ़ते हुए, क्या वह उन्हें फिर से पा सकेगा? क्या वह उन सभी को पा सकेगा?
पेड्रो के जीवन में केवल नुकसान ही नहीं, बल्कि कई अन्य पैटर्न भी थे। इस प्रतिगमन में, उसे याद आया कि वह एक स्पेनिश नागरिक था, लेकिन वह एक अंग्रेज सैनिक भी था, जिसे स्पेनिश दुश्मन ने तब मार डाला था जब उसकी सेना ने उनके किले पर आक्रमण किया था। उन्हें पुरुष होने की भी याद थी, और स्त्री होने की भी। उन्होंने योद्धा के रूप में भी जन्म लिया था और पुजारी के रूप में भी। उन्होंने लोगों को खोया भी था और उन्हें पाया भी था।
अपने आध्यात्मिक परिवार से घिरे हुए, एक भिक्षु के रूप में उनकी मृत्यु के बाद, पेड्रो ने उस जीवनकाल के पाठों की समीक्षा की थी।

उन्होंने मुझसे कहा था, “क्षमा करना बहुत महत्वपूर्ण है। हम सभी ने ऐसे काम किए हैं जिनके लिए हम दूसरों की निंदा करते हैं... हमें उन्हें क्षमा करना चाहिए।”
उनके जीवन ने ही उनके संदेश को साकार रूप दिया। उन्हें सही मायने में समझने के लिए हर पहलू से सीखना पड़ा। हम सभी ऐसा करते हैं। हम धर्म, जाति और राष्ट्रीयता बदलते हैं। हम जीवन में अत्यधिक धन और घोर गरीबी, बीमारी और स्वास्थ्य दोनों का अनुभव करते हैं।
हमें हर तरह के पूर्वाग्रह और नफरत को त्यागना सीखना होगा। जो लोग ऐसा नहीं करेंगे, वे आसानी से पाला बदल लेंगे और अपने दुश्मनों के शरीर में वापस लौट आएंगे।

अपने गीत "टीयर्स इन हेवन" में, एरिक क्लैप्टन यह सोचते हैं कि क्या उनका छोटा बेटा, जिसकी एक दुर्घटना में दुखद मौत हो गई थी, स्वर्ग में मिलने पर उनका नाम जान पाएगा।
यह एक सार्वभौमिक और शाश्वत प्रश्न है। हम अपने प्रियजनों को कैसे पहचानेंगे? क्या हम उन्हें पहचान पाएंगे, और क्या वे हमें पहचान पाएंगे, यदि और जब हम फिर से मिलेंगे, चाहे स्वर्ग में या पृथ्वी पर, एक बार फिर भौतिक शरीर में?
मेरे कई मरीज़ों को मानो यह एहसास हो जाता है। अपने पूर्व जन्मों का अनुभव करते हुए, वे अपने आत्मिक साथी की आँखों में देखते हैं और उन्हें पता चल जाता है। चाहे स्वर्ग में हों या धरती पर, उन्हें एक कंपन या ऊर्जा का अहसास होता है, जो उनके प्रियजन के कंपन या ऊर्जा के समान होती है। उन्हें उस गहरे व्यक्तित्व की झलक मिलती है और एक आंतरिक ज्ञान प्राप्त होता है—दिल से निकला ज्ञान। एक जुड़ाव स्थापित हो जाता है।

क्योंकि अक्सर दिल की आंखें ही सबसे पहले देखती हैं, इसलिए शब्दों से आत्मा की पहचान के विश्वास को व्यक्त नहीं किया जा सकता। इसमें कोई संदेह या भ्रम नहीं है। भले ही शरीर वर्तमान शरीर से बहुत अलग हो, आत्मा वही रहती है। आत्मा की पहचान हो चुकी है, और यह पहचान पूर्ण और संदेह से परे है।
कभी-कभी आत्मा की पहचान मन में उत्पन्न होती है और हृदय के स्पर्श से पहले ही घटित हो सकती है। इस प्रकार की पहचान अक्सर शिशुओं या छोटे बच्चों में देखी जाती है। वे कोई शारीरिक हावभाव या अनोखा व्यवहार प्रदर्शित करते हैं, कोई शब्द या वाक्यांश बोलते हैं, और तुरंत ही प्रिय माता-पिता या दादा-दादी की पहचान हो जाती है। हो सकता है कि उनके शरीर पर आपके प्रियजन जैसा ही कोई निशान या जन्मचिह्न हो, या शायद वे आपका हाथ पकड़ लें या उसी विशेष ढंग से आपकी ओर देखें। आप समझ ही गए होंगे। स्वर्ग में कोई जन्मचिह्न नहीं होते। गीत पूछता है, क्या एरिक क्लैप्टन का बेटा वहाँ पहुँचने में उसकी मदद करेगा? क्या वह एरिक का हाथ थामेगा? क्या वह उसे खड़े होने में मदद करेगा? स्वर्ग में, जहाँ भौतिक शरीरों की आवश्यकता नहीं होती, आत्मा की पहचान एक आंतरिक ज्ञान, प्रियजन की विशेष ऊर्जा, प्रकाश या कंपन की अनुभूति के माध्यम से हो सकती है। आप उन्हें अपने हृदय में महसूस करते हैं। वहाँ एक गहरा और सहज ज्ञान होता है, और आप उन्हें पूरी तरह और तुरंत पहचान लेते हैं। वे आपके साथ अपने अंतिम जन्म के दौरान धारण किए गए शरीर को धारण करके आपकी सहायता भी कर सकते हैं। आप उन्हें उसी रूप में देखते हैं जैसे वे आपको पृथ्वी पर दिखाई दिए थे, अक्सर अधिक युवा और स्वस्थ।
क्लैप्टन का मानना है कि उन्हें स्वर्ग के द्वार के पार शांति मिलेगी।

चाहे स्वर्ग के द्वार के पार हो, बीते जन्मों की यादों के द्वार के पार हो, या अपनों के साथ भविष्य के जन्मों की ओर ले जाने वाले द्वार के पार, आप कभी अकेले नहीं होंगे। वे आपका नाम जानेंगे। वे आपका हाथ थामेंगे। वे आपके हृदय को शांति और सुकून देंगे। बार-बार, मेरे मरीज़ गहरी सम्मोहन अवस्था में मुझसे कहते हैं कि मृत्यु कोई दुर्घटना नहीं है। जब शिशु और छोटे बच्चे मरते हैं, तो हमें महत्वपूर्ण सबक सीखने का अवसर मिलता है। वे हमारे शिक्षक होते हैं, जो हमें मूल्यों, प्राथमिकताओं और सबसे बढ़कर प्रेम के बारे में सिखाते हैं।
अक्सर सबसे महत्वपूर्ण सबक सबसे कठिन समय से ही मिलते हैं।

अध्याय 13

हमारा जन्म तो बस एक नींद और विस्मृति है;
वह आत्मा जो हमारे साथ उदय होती है, हमारे जीवन का सितारा, Hath का संदर्भ कहीं और है,
और वह दूर से आता है,
पूरी तरह से विस्मृति में नहीं
और पूर्ण नग्नता में नहीं,
लेकिन हम गौरव के बादलों को पीछे छोड़ते हुए आते हैं
ईश्वर से, जो हमारा घर है।
बचपन में ही स्वर्ग हमारे आसपास ही मौजूद होता है!
विलियम वर्ड्सवर्थ
कई पिछले जन्मों की यादें ताजा करने में सफल होने के बावजूद, एलिजाबेथ अभी भी गहरे शोक में डूबी हुई थी। बौद्धिक रूप से, उसने आत्मा की निरंतरता और बाद के भौतिक शरीरों में चेतना की पुनरावृत्ति की अवधारणा को स्वीकार करना शुरू कर दिया था। इस यात्रा के दौरान उसने आत्मा के साथियों के पुनर्मिलन का अनुभव किया था। लेकिन यादें उसकी माँ को शारीरिक रूप से वापस नहीं ला सकीं। वह उन्हें गले नहीं लगा सकी और उनसे बात नहीं कर सकी। वह अपनी माँ को बहुत याद करती थी।
आज के सेशन के लिए जब एलिज़ाबेथ ऑफिस में आईं, तो मैंने कुछ अलग करने का फैसला किया, ऐसा कुछ जो मैंने दूसरे मरीज़ों पर अलग-अलग सफलता के साथ आजमाया था। हमेशा की तरह, मैं उन्हें गहरी विश्राम की अवस्था प्राप्त करने में मदद करता। फिर मैं उन्हें एक सुंदर बगीचे की कल्पना करने के लिए मार्गदर्शन करता, उन्हें बगीचे में चलने और आराम करने के लिए कहता। जब वह आराम कर रही होतीं, तो

मैं उन्हें यह सुझाव देता कि कोई आगंतुक बगीचे में उनके साथ शामिल हो रहा है और एलिज़ाबेथ उस आगंतुक से विचारों, आवाज़, दृष्टि, भावनाओं या किसी अन्य तरीके से संवाद कर सकती हैं। इसके बाद एलिजाबेथ को जो कुछ भी अनुभव होगा, वह सब उसके अपने दिमाग की उपज होगी, मेरे सुझावों की नहीं।
वह जानी-पहचानी चमड़े की रिक्लाइनर कुर्सी पर गहरी नींद में बैठ गई और तुरंत ही शांत, सम्मोहक अवस्था में पहुँच गई। मैंने दस से एक तक उल्टी गिनती गिनी, जिससे उसकी अवस्था और भी गहरी हो गई। उसने कल्पना की कि वह एक घुमावदार सीढ़ी से नीचे उतर रही है। जैसे ही वह सीढ़ियों के नीचे पहुँची, उसने अपने सामने बगीचा देखा। वह बगीचे में गई और आराम करने के लिए एक जगह ढूँढ़ ली। मैंने उसे आगंतुक के बारे में बताया और हम इंतज़ार करने लगे। कुछ देर बाद, उसे एहसास हुआ कि एक खूबसूरत रोशनी उसकी ओर आ रही है। शांत दफ्तर में, एलिजाबेथ धीरे-धीरे रोने लगी।
मैंने पूछा, "तुम क्यों रो रही हो?"
“ये मेरी मां हैं।... मैं उन्हें रोशनी में देख सकता हूँ। वो बहुत खूबसूरत और जवान दिखती हैं।”
अब सीधे अपनी मां से बात करते हुए, उसने कहा, "आपको देखकर बहुत अच्छा लगा।" एलिजाबेथ एक ही समय में मुस्कुरा भी रही थी और रो भी रही थी।
“तुम उससे बात कर सकती हो; उससे संवाद कर सकती हो,” मैंने एलिज़ाबेथ को याद दिलाया। इस समय मैंने और कुछ नहीं कहा क्योंकि मैं उनके मिलन में दखल नहीं देना चाहता था। एलिज़ाबेथ किसी पुरानी याद को याद नहीं कर रही थी, न ही वह किसी पहले घटी घटना को दोबारा जी रही थी। यह अनुभव अभी हो रहा था।

एलिज़ाबेथ के मन में अपनी माँ से हुई मुलाकात की घटना स्पष्ट और भावनात्मक रूप से उभर रही थी। उनके पुनर्मिलन की यह जीवंतता उसके अनुभव को काफी हद तक वास्तविकता प्रदान कर रही थी। अब उसके दुःख से उबरने की संभावना मौजूद थी।
हम कुछ मिनटों तक चुपचाप बैठे रहे, बीच-बीच में हल्की आहों की आवाजें आती रहीं। कभी-कभी मुझे एलिजाबेथ के गाल पर आंसू बहते दिखाई देते थे। वह बार-बार मुस्कुराती थी। अंत में, उसने बोलना शुरू किया।
“वह अब चली गई हैं,” एलिज़ाबेथ ने बड़ी शांति से कहा। “उन्हें जाना ही था, लेकिन वह वापस आएंगी।” बातचीत जारी रखते हुए एलिज़ाबेथ गहरी शांति में थीं और उनकी आँखें बंद थीं। “क्या उन्होंने आपसे बात की?” मैंने पूछा।
“हां, उन्होंने मुझे बहुत सी बातें बताईं। उन्होंने मुझे खुद पर भरोसा रखने को कहा। उन्होंने कहा, 'खुद पर भरोसा रखो। मैंने तुम्हें वह सब कुछ सिखा दिया है जो तुम्हें जानना चाहिए!'”
"यह आप के लिए क्या महत्व रखता है?"
“मुझे अपनी भावनाओं पर भरोसा करना चाहिए और दूसरों को, खासकर पुरुषों को, मुझ पर हावी नहीं होने देना चाहिए,” उसने दृढ़ता से उत्तर दिया।
“उसने कहा कि पुरुषों ने मेरा फायदा उठाया क्योंकि मुझमें आत्मविश्वास की कमी थी और मैंने उन्हें ऐसा करने दिया। मैंने उन्हें बहुत अधिक शक्ति दे दी, और साथ ही साथ खुद को भी वंचित कर दिया। मुझे यह सब करना बंद करना होगा।”
“उन्होंने मुझसे कहा, ‘हम सब एक समान हैं। आत्माएं न तो पुरुष होती हैं और न ही स्त्री। तुम भी ब्रह्मांड की किसी भी आत्मा की

तरह सुंदर और शक्तिशाली हो। इसे कभी मत भूलना; उनके भौतिक स्वरूपों से विचलित मत होना।’ यही उन्होंने कहा था।”
"क्या उसने आपको कुछ और बताया?"
“हां, और भी बहुत कुछ है,” उसने जवाब दिया, लेकिन विस्तार से नहीं बताया।
“क्या?” मैंने उत्सुकता से पूछा।
“वह मुझसे बहुत प्यार करती है,” एलिजाबेथ ने कोमल स्वर में कहा। “वह ठीक है। वह दूसरी दुनिया में कई आत्माओं की मदद कर रही है… वह हमेशा मेरे लिए मौजूद रहेगी… एक और बात थी।”
"वह क्या है?"
"धैर्य रखना होगा। बहुत जल्द कुछ होने वाला है, कुछ महत्वपूर्ण। और मुझे खुद पर भरोसा रखना होगा।"
"क्या हो जाएगा?"
“मुझे नहीं पता,” उसने धीमी आवाज़ में जवाब दिया। “लेकिन जब ऐसा होगा, तो मैं खुद पर भरोसा रखूंगी,” उसने एक ऐसे दृढ़ निश्चय के साथ कहा जो मैंने उसमें पहले कभी नहीं देखा था।
“डोनह्यू” शो के ग्रीन रूम में बैठे हुए मैंने एक बेहद अवास्तविक दृश्य देखा। वहाँ इंग्लैंड की इकतालीस वर्षीय जेनी कॉकेल अपने पचहत्तर वर्षीय बेटे सन्नी और उनसठ वर्षीय बेटी फिलिस के साथ बैठी थीं। उनकी कहानी, पुनर्जन्म के एक प्रसिद्ध और ऐतिहासिक मामले, ब्राइडी मर्फी की कहानी से कहीं बेहतर और अधिक विश्वसनीय है।
जेनी को बचपन से ही पता था कि पिछले जन्म में उसकी अचानक मृत्यु हो गई थी और उसके आठ बच्चे लगभग अनाथ हो गए थे। उसे आयरलैंड के ग्रामीण इलाके में बीसवीं सदी के शुरुआती दौर में उनके जीवन के बारे में विस्तृत जानकारी थी। उस जन्म में उसका नाम मैरी था।

जेनी के परिवार ने उसकी बातों पर ध्यान तो दिया, लेकिन दशकों पहले आयरलैंड में घोर गरीबी और त्रासदी से भरे जीवन की बच्ची की मनगढ़ंत कहानियों की जांच करने के लिए न तो पर्याप्त धन था और न ही रुचि। जेनी यह जाने बिना बड़ी हुई कि उसकी ये जीवंत यादें सच थीं या नहीं।
अंततः, जेनी के पास अपना शोध शुरू करने के लिए संसाधन उपलब्ध हो गए। उसने मैरी सटन के आठ बच्चों में से पाँच को खोज निकाला। मैरी सटन एक आयरिश महिला थीं जिनकी मृत्यु 1932 में अपने आठवें बच्चे के जन्म के बाद हुई जटिलताओं के कारण हो गई थी। मैरी सटन के बच्चों ने जेनी की अविश्वसनीय रूप से विस्तृत यादों की पुष्टि की। वे आश्वस्त प्रतीत हुए कि जेनी वास्तव में मैरी ही थीं, उनकी "मृत" माँ।
और मैं "डोनह्यू" शो के ग्रीन रूम में उनके चल रहे पुनर्मिलन को देख रहा था।
मेरे दिमाग में अचानक एक विचार आया और मुझे पुराने टीवी शो "बेन केसी" का शुरुआती दृश्य दिखाई दिया। यह पचास के दशक के उत्तरार्ध या साठ के दशक के आरंभ का एक चिकित्सा कार्यक्रम था। मेरी माँ ने अपने इशारों में मुझे यह कार्यक्रम देखने के लिए प्रेरित किया और मुझे चिकित्सा को अपने करियर के रूप में चुनने के लिए लगातार प्रोत्साहित किया।
“बेन केसी” शो हमेशा सार्वभौमिक प्रतीकों से शुरू होता था, और युवा डॉ. बेन केसी के अनुभवी न्यूरोसर्जन गुरु कहते थे, “मनुष्य... स्त्री... जन्म... मृत्यु... अनंत।” या कुछ इसी तरह के शब्द। सार्वभौमिक रहस्य, अनसुलझे पहेलियाँ। “डोनह्यू” शो में भूतपूर्व जन्मों की यादों के विशेषज्ञ के रूप में जाने से ठीक

पहले ग्रीन रूम में बैठे हुए, मुझे वे उत्तर मिल रहे थे जो युवा बेन केसी और बाकी सभी को नहीं मिल पाए थे।
पुरुष? स्त्री? अपने जीवनकाल में, हम सभी पक्षों से सीखने के लिए लिंग, धर्म और जाति बदलते हैं। हम सब यहाँ एक तरह से विद्यार्थी हैं। जन्म? यदि हम वास्तव में कभी मरते नहीं, तो हमारा जन्म भी कभी नहीं होता। हम सब अमर, दिव्य और अविनाशी हैं। मृत्यु एक द्वार से दूसरे कमरे में प्रवेश करने मात्र है। हम कुछ विशेष पाठ या गुण सीखने के लिए बार-बार लौटते हैं, जैसे प्रेम... क्षमा... समझ... धैर्य... जागरूकता... अहिंसा... हमें भय... क्रोध... लोभ... घृणा... अभिमान... अहंकार जैसे अन्य गुणों को भूलना पड़ता है, जो पुरानी आदतों के कारण उत्पन्न होते हैं। तब हम स्नातक होकर इस विद्यालय से बाहर निकल सकते हैं। हमारे पास सीखने और भूलने के लिए दुनिया का सारा समय है। हम अमर हैं; हम अनंत हैं; हममें ईश्वर का स्वरूप है।
जेनी और उसके बूढ़े बच्चों को देखते हुए, मुझे और भी बहुत कुछ समझ में आया।
“मनुष्य जो बोता है, वही काटता है।” कर्म का सिद्धांत लगभग सभी महान धर्मों में शब्दशः वर्णित है। यह ज्ञान प्राचीन है। हम स्वयं के प्रति, दूसरों के प्रति, समाज के प्रति और पृथ्वी के प्रति उत्तरदायी हैं।
अपने बच्चों की देखभाल और सुरक्षा की ज़रूरत से प्रेरित होकर, जेनी एक बार फिर उनके पास लौट आई। हम अपने प्रियजनों को कभी नहीं खोते। हम बार-बार एक साथ लौटते हैं। प्रेम में पुनर्मिलन की कितनी शक्तिशाली ऊर्जा होती है!

अध्याय 14

मेरा सिद्धांत यह है: ऐसे जियो कि तुम्हें फिर से जीने की इच्छा हो—यही तुम्हारा कर्तव्य है—क्योंकि किसी भी हालत में तुम्हें फिर से जीना ही है!
नीत्शे
सम्मोहन के माध्यम से रोगी को पिछले जन्मों को याद दिलाने के लिए कई तरीके या तकनीकें हैं। इनमें से एक तरीका है द्वार। अक्सर मैं रोगियों को गहरी सम्मोहन अवस्था में ले जाता हूँ और उन्हें उनके द्वारा चुने गए द्वार से होकर गुजरने के लिए कहता हूँ, जो उन्हें उनके पिछले जन्म में ले जाता है। “कल्पना कीजिए कि आप एक सुंदर गलियारे या हॉलवे में खड़े हैं, जिसके दोनों ओर और सिरों पर बड़े और भव्य द्वार हैं। ये आपके अतीत, यहाँ तक कि आपके पिछले जन्मों के द्वार हैं। ये आपको आध्यात्मिक अनुभवों की ओर ले जा सकते हैं। जैसे ही मैं पाँच से एक तक उल्टी गिनती गिनता हूँ, इनमें से एक द्वार खुल जाएगा, जो आपको आपके अतीत में ले जाएगा। यह द्वार आपको अपनी ओर खींचेगा। यह आपको आकर्षित करेगा। इसके पास जाइए।”
“पांचवां। दरवाजा खुल रहा है। यह दरवाजा आपको आपके वर्तमान जीवन में आनंद और खुशी के रास्ते में आने वाली किसी भी बाधा या रुकावट को समझने में मदद करेगा। दरवाजे की ओर बढ़ें।”
“चार। आप दरवाजे पर हैं। आपको दरवाजे के दूसरी तरफ एक खूबसूरत रोशनी दिखाई देती है। दरवाजे से अंदर कदम रखें और रोशनी में प्रवेश करें।”
“तीन। प्रकाश से होकर गुजरो। तुम एक अलग समय और एक अलग स्थान पर हो।”

"चिंता मत करो कि यह कल्पना है, दृष्टांत है, वास्तविक स्मृति है, प्रतीक है, रूपक है, या इन सबका कोई संयोजन है। अनुभव ही मायने रखता है। बस अपने मन में जो भी विचार आए, उसे अनुभव होने दो। सोचने, निर्णय लेने या आलोचना करने की कोशिश मत करो। बस अनुभव होने दो। जो भी तुम्हारी जागरूकता में आए, वह ठीक है। तुम बाद में उसका विश्लेषण कर सकते हो।"
“दो। बस पहुँचने ही वाले हैं, प्रकाश के पार पहुँचने ही वाले हैं। जब मैं 'एक' कहूँ, तो वहीं मौजूद रहो और प्रकाश के दूसरी ओर मौजूद व्यक्ति या दृश्य से जुड़ जाओ। एक की गिनती पर सब कुछ स्पष्ट हो जाए।”
“एक! वहीं रहो। अपने पैरों को देखो और देखो कि तुमने किस तरह के जूते पहने हैं। अपने कपड़ों को देखो, अपनी त्वचा को देखो, अपने हाथों को देखो। क्या वे एक जैसे हैं या अलग-अलग? बारीकियों पर ध्यान दो।”
यह दरवाज़ा अतीत से जुड़ने वाले कई रास्तों में से एक है। ये सभी रास्ते एक ही जगह ले जाते हैं, किसी बीते जीवन या किसी आध्यात्मिक अनुभव की ओर जो व्यक्ति के वर्तमान जीवन के लिए महत्वपूर्ण है। समय में पीछे ले जाने वाली लिफ्ट; समय के धुंध में से गुज़रने वाली कोई सड़क, पगडंडी या यहाँ तक कि कोई पुल; किसी नाले, छोटी नदी या धारा को पार करके दूसरी ओर, किसी दूसरे जीवन में जाना; एक टाइम मशीन, जिसमें मरीज़ कंट्रोल पैनल को ऑपरेट करता है - ये अतीत तक पहुँचने वाले अनगिनत रास्तों या पुलों के कुछ उदाहरण मात्र हैं। पेड्रो के लिए, मैंने इन दरवाज़ों का इस्तेमाल किया।

जब वह प्रकाश से बाहर निकलने के बाद अपने पैरों की ओर देखने की कोशिश कर रहा था, तो उसने खुद को एक देवता के विशाल पत्थर के मुखौटे को घूरते हुए पाया।
“उसकी नाक लंबी है और दांत बड़े और नुकीले हैं। उसका मुंह... होंठ... अजीब हैं, बहुत बड़े और चौड़े। उसकी आंखें गोल हैं और एक-दूसरे से काफी दूर-दूर हैं। उसकी शक्ल बहुत क्रूर है... देवता भी निर्दयी हो सकते हैं।”
"आपको कैसे पता कि यह भगवान है?"
वह बहुत शक्तिशाली है।
क्या कई देवता हैं, या वह अकेला ही है?
“कई हैं, लेकिन वह एक शक्तिशाली है... वह बारिश को नियंत्रित करता है। बारिश के बिना हम भोजन नहीं उगा सकते,” पेड्रो ने सरल शब्दों में समझाया।
“क्या तुम वहाँ हो? क्या तुम खुद को पहचान सकते हो?” मैंने आग्रह किया।
“मैं वहाँ हूँ। मैं किसी प्रकार का पुजारी हूँ। मुझे आकाश और सूर्य, चंद्रमा और तारों के बारे में जानकारी है। मैं कैलेंडर बनाने में मदद करता हूँ।”
आप यह काम कहाँ करते हैं?
“पत्थर से बनी एक इमारत में। इसमें घुमावदार सीढ़ियाँ हैं और छोटी-छोटी खिड़कियाँ हैं जिनसे हम देखते और नापते हैं। यह बहुत जटिल है, लेकिन मैं इसमें माहिर हूँ। वे नाप-जोख के लिए मुझ पर निर्भर हैं।. . . . मुझे पता है कि ग्रहण कब होंगे।”
मैंने टिप्पणी की, "ऐसा लगता है जैसे यह एक बहुत ही वैज्ञानिक सभ्यता है।"

“इसका केवल कुछ हिस्सा, खगोल विज्ञान और वास्तुकला। बाकी सब अंधविश्वास और पिछड़ापन है,” उन्होंने स्पष्ट किया। “कुछ अन्य पुजारी और उनके समर्थक हैं जिन्हें केवल सत्ता में रुचि है। वे अंधविश्वास और भय का इस्तेमाल करके लोगों को गुमराह करते हैं और अपनी सत्ता बनाए रखते हैं। उन्हें कुलीन वर्ग का समर्थन प्राप्त है जो योद्धाओं को नियंत्रित करने में मदद करते हैं। यह एक ऐसा गठबंधन है जो सत्ता को केवल कुछ लोगों के हाथों में रखने के लिए बनाया गया है।”
पेड्रो को जिस समय और संस्कृति की याद थी, वह भले ही प्राचीन रही हो, लेकिन सत्ता हासिल करने और उसे बनाए रखने के लिए अपनाई जाने वाली नियंत्रण की तकनीकें और राजनीतिक गठबंधन शाश्वत हैं। ऐसा लगता है कि इंसानों की महत्वाकांक्षाएं कभी नहीं बदलतीं।
वे अंधविश्वासों का इस्तेमाल लोगों को गुमराह करने के लिए कैसे करते हैं?
“वे प्राकृतिक आपदाओं के लिए देवताओं को दोषी ठहराते हैं। फिर वे देवताओं को क्रोधित या अप्रसन्न करने के लिए लोगों को दोषी ठहराते हैं... इस प्रकार लोग बाढ़, सूखा, भूकंप या ज्वालामुखी विस्फोट जैसी प्राकृतिक आपदाओं के लिए जिम्मेदार बन जाते हैं। जबकि न तो लोग दोषी हैं और न ही देवता... ये प्रकृति की घटनाएं हैं, क्रोधित देवताओं की क्रियाएं नहीं... लेकिन लोग यह बात नहीं समझते। वे अज्ञानी और भयभीत बने रहते हैं - भयभीत इसलिए क्योंकि वे इन आपदाओं के लिए खुद को जिम्मेदार मानते हैं।” पेड्रो कुछ क्षणों के लिए रुका, फिर उसने बोलना जारी रखा।
“अपनी समस्याओं, अपनी विपत्तियों को देवताओं पर थोपना एक गलती है। इससे पुजारियों और कुलीनों को बहुत अधिक शक्ति मिल जाती है।... हम प्राकृतिक घटनाओं के बारे में आम लोगों से कहीं अधिक

जानते हैं। हम आमतौर पर जानते हैं कि वे कब शुरू होती हैं और कब समाप्त होती हैं। हम चक्रों को समझते हैं। ग्रहण एक प्राकृतिक घटना है जिसकी गणना और भविष्यवाणी की जा सकती है। यह देवताओं का क्रोध या दंड नहीं है... लेकिन वे लोगों को यही बताते हैं।” पेड्रो अब तेजी से बोल रहा था; मेरे बिना किसी प्रोत्साहन के ही उसके मुंह से शब्द और विचार निकल रहे थे।
“पुजारी खुद को देवताओं का संदेशवाहक बताते हैं। वे लोगों से कहते हैं कि वे ही एकमात्र मध्यस्थ हैं, कि वे जानते हैं कि देवता क्या चाहते हैं। मुझे पता है कि यह सच नहीं है... मैं भी उन्हीं पुजारियों में से एक हूँ।” वह कुछ पल चुपचाप सोचता रहा। मैंने सुझाव दिया, "आगे बढ़ो।"
“पुजारियों ने देवताओं को प्रसन्न करने के लिए बलिदानों की एक क्रूर और जटिल प्रणाली विकसित की है।” उनकी आवाज धीमी होकर फुसफुसाहट में बदल गई। “यहाँ तक कि मनुष्यों का बलिदान भी।” “लोगों के?” मैंने भी यही सवाल दोहराया।
“हाँ,” उसने फुसफुसाते हुए कहा। “उन्हें ऐसा बार-बार करने की ज़रूरत नहीं पड़ती, क्योंकि इससे लोगों में बहुत डर बैठ जाता है। डूबने की रस्में होती हैं और वध करने की रस्में भी।. . . . मानो देवताओं को इंसानी खून की ज़रूरत हो!” पेड्रो की आवाज़ गुस्से से भर उठी। “वे डर की रस्मों से लोगों को बहकाते हैं। वे यह भी तय करते हैं कि किसकी बलि दी जाएगी। इससे उन्हें अपने देवताओं जितनी ही शक्ति मिल जाती है। वे तय करते हैं कि कौन जिएगा और कौन मरेगा।”
मैंने सावधानी से उससे पूछा, "क्या आपको अनुष्ठानिक बलिदानों में भाग लेना होगा?"

“नहीं,” उन्होंने उत्तर दिया। “मैं उनमें विश्वास नहीं करता। वे मुझे मेरे अवलोकन और गणनाओं के साथ रहने देते हैं।”
"मुझे तो इन देवताओं के अस्तित्व पर भी विश्वास नहीं है," उसने दबे स्वर में गोपनीय तरीके से कहा।
“क्या आप नहीं जानते?”
नहीं। देवता मनुष्य की तरह तुच्छ और मूर्ख कैसे हो सकते हैं? जब मैं आकाश और सूर्य-चंद्रमा, ग्रहों और तारों के सुंदर सामंजस्य को देखता हूँ... तो ऐसी बुद्धि, ऐसा ज्ञान एक ही समय में तुच्छ और मूर्ख कैसे हो सकता है? यह समझ से परे है। हम इन तथाकथित देवताओं को अपने ही गुण दे देते हैं। भय, क्रोध, ईर्ष्या, घृणा - ये हमारे हैं और हम इन्हें इन देवताओं पर थोप देते हैं। मेरा मानना है कि सच्चा ईश्वर मानवीय भावनाओं से कहीं परे है। सच्चे ईश्वर को हमारे रीति-रिवाजों और बलिदानों की आवश्यकता नहीं है। पेड्रो के इस प्राचीन अवतार में अपार ज्ञान था। वह वर्जित विषयों पर भी सहजता से बात करते थे और थके हुए प्रतीत नहीं होते थे, इसलिए मैंने आगे बढ़ने का फैसला किया।
मैंने पूछा, “क्या पुजारी बनने के बाद आपका प्रभाव कभी बढ़ता है? क्या उस जीवनकाल में आपको अधिक शक्ति प्राप्त होती है?” “नहीं, मैं ऐसा नहीं मानता,” उन्होंने जवाब दिया। “अगर मेरे पास सत्ता होती तो मैं इस तरह शासन नहीं करता। मैं लोगों को शिक्षित करता। मैं उन्हें खुद सीखने देता। मैं बलिदानों को रोक देता।” “लेकिन इससे पुरोहितों और कुलीनों की शक्ति छिन सकती है,” मैंने आपत्ति जताई। “अगर लोग उनकी बात सुनना बंद कर दें तो क्या होगा?”
उन्होंने कहा, “वे ऐसा नहीं करेंगे। असली शक्ति ज्ञान से आती है। असली बुद्धिमत्ता उस ज्ञान को दयालु और परोपकारी तरीके से

लागू करने में है। लोग अज्ञानी हैं, लेकिन यह बदल सकता है। वे मूर्ख नहीं हैं।”
पुजारी मुझे आध्यात्मिक राजनीति के बारे में सिखा रहे थे, और मैं उनके शब्दों में सच्चाई महसूस कर सकता था।
कुछ देर की चुप्पी के बाद मैंने अनुरोध किया, "जारी रखिए।"
“अब और कुछ नहीं बचा,” पेड्रो ने उत्तर दिया। “मैंने वह शरीर छोड़ दिया है, और मैं विश्राम कर रहा हूँ।”
इससे मुझे आश्चर्य हुआ। मैंने उसे जाने के लिए नहीं कहा था। हमने कोई मृत्यु का दृश्य नहीं देखा था, और न ही कोई ऐसी भयावह या दर्दनाक घटना हुई थी जिससे वह अचानक विचलित हो गया हो। मुझे याद आया कि उसने इस जीवन में एक असामान्य तरीके से प्रवेश किया था, वर्षा के देवता के विशाल पत्थर के चेहरे का सामना करते हुए। शायद उस जीवन का और अधिक अध्ययन करने से कुछ भी हासिल नहीं होने वाला था, और पेड्रो की उच्च बुद्धि यह जानती थी। इसलिए वह चला गया।
वह एक अद्भुत शासक साबित होते।

नवंबर 1992 में, गैलीलियो को चर्च द्वारा उनके "घृणित विधर्म" के लिए बरी कर दिया गया, जिसमें उन्होंने यह माना था कि पृथ्वी ब्रह्मांड का केंद्र नहीं है, बल्कि वास्तव में पृथ्वी सूर्य के चारों ओर घूमती है। गैलीलियो को दोषमुक्त करने वाली जांच 1980 में शुरू हुई और साढ़े बारह साल तक चली। 1633 में शुरू हुई धर्म जांच का अंततः तीन सौ उनसठ साल बाद परिणाम निकला। दुर्भाग्य से, संकीर्ण मानसिकता का परिवर्तन अक्सर और भी धीरे- धीरे होता है।

ऐसा लगता है कि सभी संस्थाएँ संकीर्ण सोच वाली हैं। जो व्यक्ति अपनी मान्यताओं और विश्वास प्रणालियों पर कभी सवाल नहीं उठाते, वे भी इसी तरह संकीर्ण सोच वाले होते हैं। जब उनका मन मान्यताओं और अप्रमाणित पुरानी धारणाओं से अंधा हो जाता है, तो वे नए अवलोकन और नए ज्ञान को कैसे आत्मसात कर सकते हैं?
कई साल पहले, गहरी समाधि अवस्था में, कैथरीन ने मुझसे कहा था, “हमारा काम सीखना है, ज्ञान के माध्यम से ईश्वर के समान बनना है। हम बहुत कम जानते हैं... ज्ञान के द्वारा हम ईश्वर के निकट पहुँचते हैं, और फिर हमें विश्राम मिलता है। फिर हम वापस आकर दूसरों को सिखाते और उनकी मदद करते हैं।”
ज्ञान केवल खुले दिमाग वाले व्यक्तियों में ही प्रवाहित हो सकता है।

अध्याय 15

मैं जानता हूँ कि मैं अमर हूँ। इसमें कोई संदेह नहीं कि मैं स्वयं दस हज़ार बार मर चुका हूँ। जिसे आप विघटन कहते हैं, उस पर मुझे हंसी आती है, और मैं समय की विशालता को जानता हूँ।
वॉल्ट व्हिटमैन
सपनों के अनेक कार्य होते हैं। ये दिनभर की घटनाओं को समझने और आत्मसात करने में सहायक होते हैं। ये अक्सर प्रतीकों और उपमाओं के रूप में संकेत प्रदान करते हैं, जो रोजमर्रा की जिंदगी की समस्याओं - रिश्तों, भय, काम, भावनाओं, बीमारियों आदि - को सुलझाने में मदद करते हैं। ये हमें अपनी इच्छाओं और लक्ष्यों को प्राप्त करने में सहायता कर सकते हैं, यदि शारीरिक रूप से नहीं तो कम से कम मनोकामना पूर्ति के रूप में। ये हमें अतीत की घटनाओं की समीक्षा करने और वर्तमान में उनसे समानताएं याद दिलाने में मदद करते हैं। ये चिंता जैसी उत्तेजनाओं को छिपाकर नींद की रक्षा करते हैं, जो अन्यथा हमें जगा सकती हैं। सपनों के कुछ गहरे कार्य भी हैं। ये दमित या भूली हुई यादों को पुनः प्राप्त करने का मार्ग प्रशस्त कर सकते हैं, चाहे वे बचपन, शैशवावस्था, गर्भकालीन अनुभव या यहां तक कि पिछले जन्मों की हों। पिछले जन्मों की स्मृति के अंश अक्सर स्वप्न अवस्था में उभरते हैं, विशेष रूप से उन सपनों में जिनमें स्वप्न देखने वाला अपने जन्म से पहले के वर्षों या शताब्दियों के दृश्य देखता है। सपने मानसिक या भविष्यसूचक हो सकते हैं। अक्सर ये सपने भविष्य की भविष्यवाणी कर सकते हैं। इनकी सटीकता अलग-अलग होती है क्योंकि भविष्य संभावनाओं और अनिवार्यताओं की एक प्रणाली प्रतीत होता है, और लोगों की अपने सपनों की सटीक व्याख्या करने

की क्षमता भी बहुत भिन्न होती है। ये मानसिक या भविष्यसूचक सपने सभी संस्कृतियों और पृष्ठभूमियों के कई लोगों द्वारा अनुभव किए जाते हैं। हालांकि, कई लोग तब हैरान रह जाते हैं जब उनके सपने सचमुच सच हो जाते हैं।
एक अन्य प्रकार का मानसिक स्वप्न तब आता है जब किसी दूरस्थ व्यक्ति से संवाद का अनुभव होता है। वह व्यक्ति जीवित हो सकता है और भौगोलिक रूप से दूर हो सकता है, या संवाद किसी मृत व्यक्ति की आत्मा या चेतना से हो सकता है, जैसे कि कोई रिश्तेदार या प्रिय मित्र। इसी प्रकार, किसी देवदूत, गुरु या मार्गदर्शक से भी संवाद हो सकता है। इन स्वप्नों में मिलने वाले संदेश आमतौर पर अत्यंत भावपूर्ण और महत्वपूर्ण होते हैं।
यात्रा से जुड़े सपने भी आते हैं। इन सपनों में लोग ऐसी जगहों पर जाने का अनुभव करते हैं जहाँ वे कभी शारीरिक रूप से नहीं गए होते। वे जो देखते हैं उसका विवरण बाद में सत्यापित किया जा सकता है। जब व्यक्ति सपने के महीनों या वर्षों बाद भी वास्तव में उस भौगोलिक स्थान पर जाता है, तो उसे पहले से देखी हुई जगह का एहसास या परिचितता का अनुभव हो सकता है।
कभी-कभी स्वप्न यात्री ऐसी जगहों पर पहुँच जाता है जो इस ग्रह पर मौजूद नहीं लगतीं। ये सपने महज रात्रि की कल्पनाएँ नहीं होते। ये रहस्यमय या आध्यात्मिक अनुभव हो सकते हैं, जो नींद और स्वप्न के दौरान अहंकार और संज्ञानात्मक अवरोधों के शिथिल होने के कारण प्राप्त होते हैं। इस प्रकार के स्वप्न यात्रा के दौरान प्राप्त ज्ञान और बुद्धिमत्ता जीवन को बदल सकती है।
उस दिन, जब रात ढलकर सुबह हुई, एलिजाबेथ ने ऐसा ही एक सपना देखा।

* * *

एलिज़ाबेथ अपनी अपॉइंटमेंट के लिए समय से पहले ही आ गई, और पिछली रात देखे अपने सपने के बारे में मुझे बताने के लिए उत्सुक थी। वह पहले से कहीं कम चिंतित और ज़्यादा शांत लग रही थी। उसने बताया कि काम पर लोग कहने लगे थे कि वह पहले से बेहतर दिख रही है, ज़्यादा विनम्र और धैर्यवान हो गई है, यहाँ तक कि अपनी माँ की मृत्यु से पहले वाली एलिज़ाबेथ से भी ज़्यादा।
“यह मेरे आम सपनों जैसा नहीं था,” उसने ज़ोर देकर कहा। “यह सपना ज़्यादा जीवंत और वास्तविक था। मुझे अभी भी सारी बातें याद हैं, जबकि जैसा कि आप जानते हैं, मैं आमतौर पर अपने ज़्यादातर सपने बहुत जल्दी भूल जाती हूँ।”
मैं एलिज़ाबेथ को जागते ही अपने सपने लिखने के लिए प्रोत्साहित करता रहा था। बिस्तर के पास एक स्वप्न डायरी रखना और उसमें अपने सपनों की यादों को लिखना याददाश्त को काफी बेहतर बनाता है। अन्यथा, सपने की बातें जल्दी ही धुंधली हो जाती हैं। एलिज़ाबेथ अपने सपनों को लिखने में थोड़ी लापरवाह थी, और जब तक वह अपनी अपॉइंटमेंट के लिए ऑफिस आती, तब तक वह आमतौर पर सपने के अधिकांश विवरण, या कहें तो पूरा सपना ही भूल चुकी होती थी।
यह सपना अलग था, इतना सजीव कि इसके सारे विवरण उसके दिमाग में छप गए थे।
“सबसे पहले, मैं एक बड़े कमरे में दाखिल हुआ। वहाँ न तो खिड़कियाँ थीं, न ही दीपक, न ही ऊपर से रोशनी आने वाली बत्तियाँ। लेकिन दीवारें किसी तरह चमक रही थीं। उनसे इतनी रोशनी निकल रही थी कि पूरा कमरा रोशन हो गया।”
मैंने पूछा, "क्या दीवारें गर्म थीं?"
मुझे ऐसा नहीं लगता। उनसे रोशनी तो निकलती थी, लेकिन गर्मी नहीं। मैंने दीवारों को छुआ भी नहीं था।

"आपने कमरे में और क्या देखा?"
“मुझे पता था कि यह किसी तरह की लाइब्रेरी है, लेकिन मुझे कोई शेल्फ या किताबें दिखाई नहीं दे रही थीं। कमरे के कोने में स्फिंक्स की एक मूर्ति थी। इस मूर्ति के दोनों ओर दो पुरानी कुर्सियाँ थीं, जो बहुत पुराने ज़माने की थीं। वे आधुनिक ज़माने की नहीं थीं। मानो पत्थर या संगमरमर से बना कोई सिंहासन हो।” वह एक पल के लिए चुप हो गई, उसकी नज़रें ऊपर और बाईं ओर चली गईं क्योंकि उसे वे प्राचीन कुर्सियाँ याद आ रही थीं।
मैंने पूछा, "आपको क्या लगता है कि स्फिंक्स की मूर्ति वहां क्या कर रही थी?"
मुझे नहीं पता। शायद इसलिए कि पुस्तकालय ने आपको रहस्य समझने में मदद की। मुझे स्फिंक्स की पहेली याद आ गई। सुबह चार पैरों पर, दिन में दो पैरों पर और रात में तीन पैरों पर कौन चलता है? मनुष्य। एक रेंगता हुआ बच्चा बड़ा होकर वयस्क बनता है और फिर बूढ़ा होकर चलने के लिए छड़ी की ज़रूरत महसूस करता है। शायद इसका उस पहेली से कुछ संबंध हो। या फिर पहेलियों से ही।
"ऐसा हो सकता है," मैंने स्वीकार किया, मेरा मन ओडिपस की कहानी और उस पहेली के बारे में पहली बार सुनने की यादों में खो गया। “लेकिन इसके और भी अर्थ हो सकते हैं,” मैंने आगे कहा। “उदाहरण के लिए, क्या होगा यदि स्फिंक्स किसी तरह पुस्तकालय की प्रकृति, या यहाँ तक कि उसकी संरचना या उसके स्थान के बारे में कोई सुराग प्रदान करता हो?” स्वप्न देखने वाला मन बहुत जटिल हो सकता है। "मैं वहां इतने लंबे समय तक नहीं रही कि पता लगा सकूं," उसने जवाब दिया।
क्या आपको कमरे में मौजूद किसी और चीज के बारे में जानकारी है?

“हां,” उसने तुरंत कहा। “पास में एक आदमी था, जिसने लंबा सफेद चोगा पहना हुआ था। मुझे लगता है कि वह लाइब्रेरियन था। वही तय करता था कि कमरे में कौन आ सकता है और कौन नहीं। किसी कारणवश, मुझे अंदर जाने दिया गया।”
इस बिंदु पर मेरा व्यावहारिक दिमाग खुद को और अधिक नियंत्रित नहीं कर सका।
मैंने झट से कहा, "ऐसी कौन सी लाइब्रेरी है जिसमें किताबें नहीं होतीं?"
“यही तो अजीब बात है,” उसने समझाना शुरू किया। “मुझे बस अपनी हथेलियाँ ऊपर की ओर करके बाहें फैलानी होती थीं और जो भी किताब मुझे चाहिए होती थी, वह मेरे हाथों में अपने आप बनने लगती थी! देखते ही देखते किताब तैयार हो जाती थी। ऐसा लगता था मानो वह दीवार से निकलकर मेरे हाथों में ठोस रूप ले रही हो।”
आपको किस प्रकार की पुस्तक प्राप्त हुई?
मुझे ठीक से याद नहीं है। मेरे बारे में, मेरे जन्मों के बारे में एक किताब। मुझे उसे खोलने से डर लग रहा था।
"किसका डर?"
मुझे नहीं पता। शायद वहाँ कुछ बुरा था, कुछ ऐसा जिससे मुझे शर्म आती।
"क्या लाइब्रेरियन ने आपकी मदद की?"
“नहीं, ऐसा नहीं है। वह बस हंसने लगा। फिर उसने कहा, 'क्या गुलाब को अपने आप पर शर्म आती है?'
कांटे?' और वह थोड़ा और हँसा।
"तब क्या हुआ?"

“वह मुझे बाहर ले गया, लेकिन मुझे लगा कि आखिरकार मैं समझ जाऊंगी कि उसका क्या मतलब है और मैं वापस आऊंगी और अपनी किताब से पढ़ने से नहीं डरूंगी।” वह चुप हो गई, सोच में डूबी हुई। “क्या सपने का अंत हो गया?” मैंने पूछा।
“नहीं। पुस्तकालय से निकलने के बाद मैं उस कक्षा में गई जहाँ मैं एक कोर्स कर रही थी। वहाँ पंद्रह-बीस और छात्र थे। एक युवक मुझे बहुत जाना-पहचाना लगा, मानो वह मेरा भाई हो... लेकिन वह मेरा भाई चार्ल्स नहीं था।” वह कैलिफोर्निया में रहने वाले अपने वर्तमान भाई की बात कर रही थी।
आप किस तरह का कोर्स कर रहे थे?
"मुझें नहीं पता।"
मैंने पूछा, "क्या और भी कुछ था?"
उसने हिचकिचाते हुए जवाब दिया, "हाँ।"
मुझे आश्चर्य हुआ कि कुछ बहुत ही असामान्य स्वप्न दृश्यों का वर्णन करने के बाद अब वह क्यों हिचकिचा रही थी।
“एक शिक्षक प्रकट हुए,” उसने लगभग फुसफुसाते हुए कहा। “उनकी भूरी आँखें बेहद आकर्षक थीं। उनकी आँखें कभी खूबसूरत बैंगनी रंग की हो जातीं, फिर वापस भूरी हो जातीं। वे बहुत लंबे थे और उन्होंने केवल एक सफेद चोगा पहना हुआ था। उनके पैर नंगे थे... वे मेरे पास आए और मेरी आँखों में गहराई से देखने लगे।”
"तब क्या?"
“मैंने अविश्वसनीय प्रेम का अनुभव किया। मुझे पता था कि सब कुछ ठीक हो जाएगा, कि मैं जिन परिस्थितियों से गुजर रही थी वे किसी योजना का हिस्सा थीं और वह योजना एकदम सही थी।”
क्या उसने तुम्हें यह बताया था?

“नहीं, उसे ऐसा करने की ज़रूरत नहीं थी। असल में, उसने कुछ कहा ही नहीं। मुझे बस ये सब महसूस हो रहा था, लेकिन किसी तरह ये सब उसी से आ रहा था। मैं सब कुछ महसूस कर सकती थी। मैं सब कुछ जानती थी। मुझे पता था कि डरने की कोई बात नहीं है... कभी नहीं... और फिर वह चला गया।”
"और क्या?"
मुझे बहुत हल्कापन महसूस हो रहा था। मुझे आखिरी बात जो याद है, वह बादलों में तैरने की है। मुझे बहुत प्यार और सुरक्षा का एहसास हो रहा था... फिर मैं जाग गई।
"अब आपको कैसा महसूस हो रहा है?"
“मैं ठीक महसूस कर रहा हूँ, लेकिन यह एहसास धीरे-धीरे कम हो रहा है। मुझे सपने की हर बात याद है, लेकिन वह एहसास कमजोर होता जा रहा है। यहाँ आने वाले ट्रैफिक ने स्थिति और बिगाड़ दी।” रोजमर्रा की जिंदगी, एक बार फिर अलौकिक अनुभवों में बाधा डाल रही है।

एक महिला ने मुझे पत्र लिखकर मेरी पहली पुस्तक लिखने के लिए धन्यवाद दिया। पुस्तक में दी गई जानकारी ने उन्हें अपने दो सपनों को समझने और स्वीकार करने में मदद की - ये सपने दो दशकों से अधिक के अंतराल पर देखे गए थे। उनका पत्र तूफान एंड्रयू के मेरे कार्यालय से गुजरने के दौरान नष्ट हो गया, लेकिन मुझे वह पत्र अच्छी तरह याद है।
बचपन से ही उसे पता था कि उसका एक खास बच्चा होगा जिसका नाम डेविड होगा। वह बड़ी हुई, शादी की और उसकी दो बेटियाँ हुईं लेकिन कोई बेटा नहीं हुआ। जब वह तीस साल की उम्र पार कर चुकी थी, तो उसकी चिंता बढ़ती जा रही थी। डेविड कहाँ था?

एक जीवंत सपने में एक देवदूत उसके पास आया और बोला, "तुम अपने बेटे को रख सकती हो, लेकिन वह केवल साढ़े उन्नीस साल तक ही रह सकता है। क्या यह तुम्हें स्वीकार्य है?"
महिला मान गई।
कुछ महीनों बाद वह गर्भवती हो गई और जल्द ही डेविड का जन्म हुआ। वह सचमुच एक खास बच्चा था—दयालु, संवेदनशील और प्यार करने वाला। वह कहती थी, "एक परिपक्व आत्मा।"
उसने डेविड को अपने सपने और देवदूत के साथ हुए समझौते के बारे में कभी नहीं बताया। नतीजा यह हुआ कि साढ़े उन्नीस साल की उम्र में एक दुर्लभ प्रकार के मस्तिष्क कैंसर से उसकी मृत्यु हो गई। वह अपराधबोध से व्याकुल, दुखी और निराश थी। उसने देवदूत का प्रस्ताव क्यों स्वीकार किया था? क्या वह किसी तरह डेविड की मृत्यु के लिए जिम्मेदार थी?
डेविड की मृत्यु के एक महीने बाद, एक जीवंत सपने में देवदूत फिर प्रकट हुई। इस बार डेविड देवदूत के साथ थी और उसने उससे बात की। उसने कहा, “इतना शोक मत करो। मैं तुमसे प्यार करता हूँ। मैंने तुम्हें चुना है। तुमने मुझे नहीं चुना।”
और वह समझ गई।

अध्याय 16

यह इस बात का एक और पुख्ता सबूत है कि मनुष्य जन्म से पहले ही अधिकांश बातें जान लेता है, क्योंकि जब वह शिशु मात्र होता है तभी वह उन्हें समझ लेता है।
असंख्य तथ्यों को इतनी तेजी से ग्रहण किया जाता है कि ऐसा प्रतीत होता है कि वे उन्हें पहली बार ग्रहण नहीं कर रहे हैं, बल्कि उन्हें याद कर रहे हैं और बार-बार दोहरा रहे हैं।
सिसरौ
मैं क्षण भर के लिए असमंजस में पड़ गया। पेड्रो मानो अपने मन में किसी दूसरे समय और दूसरे स्थान पर पहुँच गया था। उसकी आँखों की हरकतों से मैं समझ गया कि वह कुछ देख रहा है। मैंने उससे कहा, “तुम बोल पाओगे, और साथ ही गहरी समाधि अवस्था में रहकर अवलोकन और अनुभव करते रहोगे। तुम्हें क्या दिखाई दे रहा है?”
“मैं खुद को देख रहा हूँ,” पेड्रो ने उत्तर दिया। “मैं रात में एक खेत में लेटा हुआ हूँ। हवा ठंडी और साफ है।... मुझे बहुत सारे तारे दिखाई दे रहे हैं।”
"अकेली हो?"
“हां। यहां और कोई नहीं है।”
मैंने उससे पूछा, "तुम कैसे दिखते हो?" मैं उस समय और स्थान के बारे में और अधिक जानने के लिए जानकारी जुटा रहा था, जहाँ से वह सामने आया था।
मैं खुद...लगभग बारह साल का हूँ...मेरे बाल छोटे हैं।"
“क्या तुम स्वयं हो?” मैंने सवाल किया, तब भी मुझे यह एहसास नहीं हुआ था कि पेड्रो केवल अपने बचपन में वापस गया था, न कि किसी पिछले जीवन में।

“हां,” उसने सरलता से उत्तर दिया। “बचपन में मेक्सिको में।”
अब मुझे समझ आ गया, और मैंने अपना ध्यान भावनाओं पर केंद्रित किया। मैं यह जानना चाहता था कि उसके मन ने उपलब्ध विशाल परिदृश्य में से इस विशेष स्मृति को क्यों चुना।
"आपको कैसा लगता है?"
मुझे बहुत खुशी हो रही है। रात के आकाश में एक अलग ही शांति का अनुभव होता है। तारे मुझे हमेशा से बहुत परिचित और मित्रवत लगते हैं। मुझे तारामंडलों को पहचानना और ऋतुओं के परिवर्तन के साथ आकाश में उनकी चाल देखना अच्छा लगता है।
क्या आप स्कूल में तारों के बारे में पढ़ते हैं?
"नहीं, बिल्कुल नहीं, बस थोड़ा-बहुत। लेकिन मैं उनके बारे में खुद पढ़ता हूँ। ज्यादातर मुझे उन्हें देखना पसंद है।"
क्या आपके परिवार में किसी और को भी तारे देखना पसंद है? “नहीं,” उसने जवाब दिया, “सिर्फ मैं।”
मैंने धीरे से अपनी बात का रुख बदलकर उसकी उच्चतर आत्मा या बुद्धि, उसके विस्तृत दृष्टिकोण को जगाने की कोशिश की, ताकि इस स्मृति के महत्व के बारे में और अधिक जान सकूँ। मैं अब बारह वर्षीय पेड्रो से बात नहीं कर रहा था।
मैंने पूछा, "रात्रि आकाश की इस स्मृति का क्या महत्व है? आपके मन ने विशेष रूप से इसी स्मृति को क्यों चुना?"
वह कुछ देर चुप रहा। दोपहर की हल्की रोशनी में उसका चेहरा सौम्य हो गया।
“तारे मेरे लिए एक उपहार हैं,” उन्होंने धीरे से कहना शुरू किया। “वे मुझे सुकून देते हैं। वे एक ऐसी संगीतमय धुन हैं जिसे मैंने पहले भी सुना है, जो मेरी आत्मा को तरोताज़ा करती है, मुझे उन चीजों की याद दिलाती है जिन्हें मैं भूल गया था।”

“वे और भी अधिक महत्वपूर्ण हैं,” उन्होंने कुछ रहस्यमय अंदाज़ में कहा। “वे मुझे मेरी मंज़िल तक ले जाने वाला मार्ग हैं… धीरे-धीरे लेकिन निश्चित रूप से… मुझे धैर्य रखना होगा और बाधा नहीं बननी होगी। कार्यक्रम पहले से ही तय है।” वे फिर चुप हो गए।
मैंने उसे आराम करने दिया, तभी मेरे मन में एक विचार आया। रात का आकाश मानव जाति से कहीं अधिक समय से यहाँ मौजूद है। किसी न किसी स्तर पर, क्या हम सभी ने उस प्राचीन संगीत को नहीं सुना है? क्या हम सभी की नियति भी इसी तरह निर्देशित होती है? और फिर एक और विचार आया, जो शब्दों में तो स्पष्ट था, लेकिन अर्थ में बिलकुल अस्पष्ट। मुझे भी धैर्य रखना चाहिए और पेड्रो की नियति के मार्ग में बाधा नहीं बनना चाहिए।
यह विचार मुझे एक निर्देश की तरह आया। और यह एक भविष्यवाणी साबित हुई।

एलिजाबेथ और पेड्रो जैसे मरीज़ों ने जीवन और मृत्यु तथा मनोचिकित्सा के बारे में मेरी कई पुरानी मान्यताओं को चुनौती दी, और इसी दौरान मैंने भी प्रतिदिन ध्यान करना, या कम से कम चिंतन करना शुरू कर दिया। गहन विश्राम की अवस्था में, विचार, छवियां और कल्पनाएं अचानक मेरे मन में आ जाती थीं।
एक दिन एक विचार मेरे मन में एक संदेश की तरह तीव्र रूप से आया। मुझे अपने उन मरीज़ों पर गहराई से नज़र डालने की ज़रूरत थी जो लंबे समय से चिकित्सा करा रहे थे, मेरे पुराने मरीज़। किसी तरह मैं उन्हें अब और अधिक स्पष्ट रूप से देख पाऊँगी, और दृष्टि की यह स्पष्टता मुझे अपने बारे में भी और अधिक सिखाएगी।

जो मरीज़ अब मेरे पास प्रतिगमन चिकित्सा, कल्पना-प्रक्रिया और आध्यात्मिक परामर्श के लिए आ रहे थे, वे बहुत अच्छा कर रहे थे। लेकिन उन दूसरे मरीज़ों का क्या, जिनमें से कई मेरी किताबें प्रकाशित होने से पहले ही मेरे साथ चिकित्सा कर रहे थे? मैं उन्हें अब ज़्यादा स्पष्ट रूप से क्यों देख पा रहा हूँ? मुझे अपने बारे में क्या सीखना है?
जैसा कि बाद में पता चला, काफी हद तक। मैं इन कई दीर्घकालिक रोगियों के लिए शिक्षक नहीं रह गया था; बल्कि मैं उनकी आदत और सहारा बन गया था। कई लोग मुझ पर निर्भर हो गए थे, और उन्हें आत्मनिर्भर बनने के लिए प्रेरित करने के बजाय, मैंने अपनी पुरानी भूमिका स्वीकार कर ली थी।
मैं भी उन पर निर्भर हो गया था। वे बिल चुकाते थे, मेरी चापलूसी करते थे, मुझे उनके लिए अपरिहार्य महसूस कराते थे, और हमारे समाज में चिकित्सक की भगवान जैसी छवि को और मजबूत करते थे। मुझे अपने अहंकार का सामना करना पड़ा।
मैंने एक-एक करके अपने डर का सामना किया। सबसे पहले सुरक्षा का डर था। पैसा न तो अच्छा है और न ही बुरा, और हालांकि कभी-कभी यह महत्वपूर्ण होता है, लेकिन इससे कोई वास्तविक सुरक्षा नहीं मिलती। मुझे और अधिक विश्वास की आवश्यकता थी। जोखिम उठाने के लिए, सही कार्य करने के लिए, मुझे यह जानना ज़रूरी था कि मैं ठीक रहूँगा। मैंने अपने मूल्यों की जाँच की, कि मेरे जीवन में क्या महत्वपूर्ण है और क्या नहीं। जैसे-जैसे मैंने अपने विश्वास और मूल्यों को याद किया और उन्हें फिर से व्यवस्थित किया, पैसे और सुरक्षा को लेकर मेरी चिंताएँ सूरज की रोशनी में कोहरे के छंटने की तरह गायब हो गईं। मैंने बहुत सुरक्षित महसूस किया।

मैंने अपनी अपरिहार्यता और महत्वपूर्ण महसूस करने की अपनी आवश्यकता पर गौर किया। यह अहंकार का एक और भ्रम है। मुझे याद आया, हम सब आध्यात्मिक प्राणी हैं। हम सब अपने बाहरी रूप के नीचे समान हैं। हम सब महत्वपूर्ण हैं।
मेरी विशेष होने की, प्रेम पाने की चाहत, केवल आध्यात्मिक स्तर पर, मेरे भीतर की गहराई से, मेरे भीतर की दिव्यता से ही पूरी हो सकती थी। मेरा परिवार मदद कर सकता था, लेकिन एक हद तक ही। मेरे मरीज़ तो बिल्कुल नहीं। मैं उन्हें सिखा सकता था, और वे मुझे सिखा सकते थे। हम कुछ समय के लिए एक-दूसरे की मदद कर सकते थे, लेकिन हम कभी भी एक-दूसरे की गहरी ज़रूरतों को पूरा नहीं कर सकते थे। वह खोज एक आध्यात्मिक खोज है।
चिकित्सक उच्च प्रशिक्षित शिक्षक और चिकित्सक होते हैं, लेकिन वे कोई देवता नहीं होते। हम तो बस उच्च प्रशिक्षित व्यक्ति हैं। चिकित्सक हमारे समाज के अन्य सभी सहायकों की तरह ही एक ही पहिये के पुर्जे हैं।
लोग अक्सर अपने पेशेवर पदनामों और दिखावों (डॉक्टर, वकील, सीनेटर इत्यादि) के पीछे छिप जाते हैं, जिनमें से अधिकांश तो बीस या तीस वर्ष की आयु से पहले बने भी नहीं होते। हमें यह याद रखना होगा कि ये पदनाम मिलने से पहले हम कौन थे।
बात सिर्फ इतनी ही नहीं है कि हम सभी प्रेममय और आध्यात्मिक व्यक्ति बनने में सक्षम हैं, ऐसे व्यक्ति जो परोपकारी, दयालु और शांतिप्रिय हों, शांति और आनंद से परिपूर्ण हों। हम पहले से ही ऐसे हैं। हम बस भूल गए हैं, और हमारा अहंकार हमें याद दिलाने से रोकता है।
हमारी दृष्टि धुंधली है। हमारे मूल्य उलट-पुलट हो गए हैं।

कई मनोचिकित्सकों ने मुझसे अपने मरीजों के कारण खुद को फंसा हुआ महसूस करने के बारे में बात की है। उन्हें मरीजों की मदद करने का आनंद नहीं मिल पाता है।
मैं उन्हें याद दिलाता हूँ कि वे भी आध्यात्मिक प्राणी हैं। वे भी अपनी असुरक्षाओं और अहंकार के जाल में फँसे हुए हैं। उन्हें भी जोखिम उठाने और स्वास्थ्य एवं आनंद की ओर छलांग लगाने के लिए साहस की आवश्यकता है।

अध्याय 17

हम अलग-अलग रास्तों से इस जगह आए हैं। मुझे ऐसा बिल्कुल नहीं लगता कि हम पहले कभी मिले हैं। कोई डेजा वू नहीं। मुझे नहीं लगता कि सन् 1206 में जब मैं वहां से गुजर रहा था, तब तुम समुद्र किनारे लैवेंडर के बाग में थीं, या सीमा युद्धों में मेरे साथ थीं। या सौ साल पहले गैलाटिन में, किसी पहाड़ी कस्बे के ऊपर चांदी जैसी हरी घास पर मेरे साथ लेटी हुई थीं। मैं तुम्हारे सुंदर कपड़े पहनने के सहज अंदाज और अच्छे रेस्तरां में वेटर से बात करते समय तुम्हारे होंठों के हाव-भाव से यह बता सकता हूँ। तुम महलों और गिरजाघरों, शान और साम्राज्य के रास्ते से आई हो। रॉबर्ट जेम्स वालर
जब तक मैंने दस से एक तक उल्टी गिनती पूरी की, एलिजाबेथ गहरी सम्मोहन अवस्था में जा चुकी थी। उसकी आँखें पलकों के नीचे फड़फड़ा रही थीं। उसका शरीर शिथिल हो गया था और उसकी साँसें बहुत धीमी और सहज लय में चल रही थीं। उसका मन अब समय यात्रा के लिए तैयार था।
मैं उसे धीरे-धीरे वापस ले गया, इस बार एक शांत पहाड़ी धारा को सुदूर अतीत में प्रवेश द्वार बनाकर। वह धारा पार करके एक सुंदर प्रकाश में प्रवेश कर गई। प्रकाश में चलते हुए, वह एक अलग समय और स्थान में, एक प्राचीन जीवनकाल में पहुँच गई।
“मैंने पतली सैंडल पहनी हैं,” मेरे द्वारा अपने पैरों को देखने के लिए कहने पर उसने कहा। “टखनों के ठीक ऊपर एक पट्टी बंधी है। मैंने अलग-अलग लंबाई की एक लंबी सफेद पोशाक पहनी है। इसके ऊपर टखनों तक एक घूंघट जैसा आवरण है। आस्तीनें बहुत चौड़ी हैं और कोहनियों तक आती हैं। मैंने अपनी भुजाओं के तीन अलग-अलग

हिस्सों पर सोने के कंगन पहने हैं।” वह खुद को बहुत बारीकी से और सजीवता से देख रही थी।
मेरे बाल गहरे भूरे रंग के और लंबे हैं, कंधों से नीचे तक।. . . मेरी आंखें भी भूरी हैं।. . . मेरी त्वचा हल्के भूरे रंग की है।
मैंने अनुमान लगाया, "तुम एक लड़की हो।"
“हां,” उसने धैर्यपूर्वक उत्तर दिया।
आपकी उम्र लगभग कितनी है?
लगभग चौदह।
“आप क्या करती हैं? आप कहाँ रहती हैं?” मैंने उससे एक साथ दो सवाल पूछ लिए, इससे पहले कि उसे जवाब देने का मौका मिलता। “मंदिर परिसर में,” उसने जवाब दिया। “मैं वैद्य बनने और पुजारियों की मदद करने का प्रशिक्षण ले रही हूँ।”
मैंने पूछा, "क्या आप इस भूमि का नाम जानते हैं?"
“यह मिस्र है... बहुत समय पहले की बात है।”
क्या आपको वर्ष पता है?
“नहीं,” उसने जवाब दिया। “मुझे ऐसा नहीं लगता… लेकिन यह बहुत पहले की बात है… बहुत पुरानी।”
मैं उस प्राचीन काल की उसकी यादों और अनुभवों में लौट गया। "आपको यह प्रशिक्षण कैसे मिला, एक चिकित्सक बनने का और पुजारियों के साथ काम करने का?"
“मुझे भी पुजारियों ने वैसे ही चुना था जैसे बाकी सबको चुना गया था। हम सभी को अपनी प्रतिभा और क्षमताओं के अनुसार चुना जाता है।... पुजारी यह बात हमें बहुत छोटी उम्र से ही जानते हैं।” मैं इस चयन प्रक्रिया के बारे में और अधिक जानना चाहता था। “पुजारियों को आपकी प्रतिभाओं के बारे में कैसे पता चलता है? क्या वे आपको स्कूल में या आपके माता-पिता के साथ देखते हैं?”

“अरे नहीं,” उसने मुझे सुधारते हुए कहा। “वे सहज ज्ञान से जानते हैं। वे बहुत बुद्धिमान हैं। वे जानते हैं कि कौन गणित में कुशल है और उसे अभियंता, लेखापाल या कोषाध्यक्ष बनना चाहिए। वे जानते हैं कि कौन लिख और हिसाब कर सकता है। वे जानते हैं कि किसमें सैन्य क्षमता है और उसे सेनाओं का नेतृत्व करने का प्रशिक्षण दिया जाना चाहिए। वे जानते हैं कि कौन सर्वश्रेष्ठ प्रशासक बनेगा। इन्हें राज्यपाल और अधिकारी बनने का प्रशिक्षण दिया जाएगा। वे उन लोगों को जानते हैं जिनके पास उपचार और सहज ज्ञान की क्षमता है, और इन्हें चिकित्सक, सलाहकार और यहां तक कि पुजारी बनने का प्रशिक्षण दिया जाता है।”
मैंने संक्षेप में कहा, "इसलिए पुजारी ही तय करते हैं कि लोग किन व्यवसायों के लिए प्रशिक्षण लेंगे।"
“हां,” उसने सहमति जताते हुए कहा। “बच्चे की प्रतिभा और क्षमता का पता पुरोहितों द्वारा बहुत कम उम्र में ही लगा लिया जाता है। फिर उसका प्रशिक्षण निर्धारित किया जाता है… उसके पास कोई विकल्प नहीं होता।”
क्या यह प्रशिक्षण सभी के लिए खुला है?
“नहीं,” उसने आपत्ति जताई। “यह केवल कुलीन वर्ग के लोगों के लिए, फिरौन से संबंधित लोगों के लिए है।”
"क्या आप फिरौन के रिश्तेदार हैं?"
"हां, लेकिन उनका परिवार बहुत बड़ा है। दूर के चचेरे भाई-बहनों को भी परिवार का हिस्सा माना जाता है।"
"लेकिन उन बेहद प्रतिभाशाली लोगों का क्या जो आपस में रिश्तेदार नहीं हैं?" मैंने पूछा, मेरी जिज्ञासा के कारण मैं इस पारिवारिक चयन प्रणाली पर कुछ देर रुका रहा।

“उन्हें कुछ प्रशिक्षण मिल सकता है,” उन्होंने धैर्यपूर्वक फिर समझाया। “लेकिन उनकी प्रगति की एक सीमा होती है... वे केवल नेताओं के सहायक बन सकते हैं, जो शाही परिवार के रिश्तेदार होते हैं।”
मैंने पूछा, "क्या आप फ़राओ के रिश्तेदार हैं?"
“एक चचेरा भाई... ज्यादा करीबी नहीं।”
“काफी हद तक सही,” मैंने कहा।
“हां,” उसने उत्तर दिया।
मैंने आगे बढ़ने का फैसला किया, हालांकि मुझे पहले से ही पता था कि एलिजाबेथ के बाद आने वाली मरीज ने उस दिन अपनी अपॉइंटमेंट रद्द कर दी थी, इसलिए समय मुझे हमेशा की तरह जल्दी करने के लिए मजबूर नहीं कर रहा था।
क्या आपके साथ आपका कोई परिवार का सदस्य है?
“जी हां, मेरा भाई। हम बहुत करीबी हैं। वह मुझसे दो साल बड़ा है। उसे भी वैद्य और पुजारी बनने के लिए चुना गया है और हम दोनों यहां साथ हैं।” हमारे माता-पिता थोड़ी दूर रहते हैं, इसलिए भाई का साथ होना बहुत अच्छा है।... मैं उसे अभी देख सकता हूँ।
मैंने एलिजाबेथ के रिश्तों को समझने के लिए सुराग ढूंढने का जोखिम उठाया और एक और भटकाव का सामना किया। “उसके चेहरे को ध्यान से देखो। उसकी आँखों में देखो। क्या तुम उसे अपने वर्तमान जीवन में किसी के रूप में पहचानती हो?”
वह मानो उसके चेहरे को गौर से देख रही थी। "नहीं," उसने उदास होकर कहा। "मैं उसे पहचानती नहीं हूँ।"
मुझे कुछ हद तक उम्मीद थी कि वह अपनी प्यारी माँ को पहचान लेगी, या शायद अपने भाई या पिता को। लेकिन कोई पहचान नहीं हो पाई।

“अब समय में आगे बढ़ो, उस मिस्र की लड़की के जीवन की अगली महत्वपूर्ण घटना पर। तुम्हें सब कुछ याद रहेगा।” वह समय में आगे बढ़ गई।
“मैं अब अठारह साल की हो गई हूँ। मेरा भाई और मैं अब काफी बड़े हो गए हैं। उसने सफेद और सुनहरे रंग की छोटी स्कर्ट पहनी है। वह उसके घुटनों से थोड़ा ऊपर तक आती है।... वह बहुत सुंदर है,” उसने कहा।
मैंने उसका ध्यान प्रशिक्षण की ओर वापस लाने के लिए पूछा, "आप किस प्रकार अधिक उन्नत हैं?"
“हमारे पास और भी कई कौशल हैं। हम विशेष उपचार करने वाली छड़ियों के साथ काम कर रहे हैं, जिन्हें चलाने में महारत हासिल करने पर ऊतकों और अंगों के पुनर्जनन की प्रक्रिया में काफी तेजी आती है।” वह कुछ क्षणों के लिए रुकी और इन छड़ियों का अध्ययन करने लगी।
“इनमें तरल ऊर्जा होती है जो छड़ों के माध्यम से प्रवाहित होती है।. . . यह ऊर्जा पुनर्जनन बिंदु पर केंद्रित होती है।. . . इसका उपयोग अंगों को विकसित करने और ऊतकों को ठीक करने के लिए किया जा सकता है, यहां तक कि मरते या मृत ऊतकों को भी।”
मुझे आश्चर्य हुआ। आधुनिक चिकित्सा भी ये चमत्कार नहीं कर सकती, हालांकि प्रकृति ऐसा कर सकती है, जैसे सैलामैंडर और अन्य छिपकलियां, जो अपने कटे हुए अंगों या पूंछ को फिर से उगा सकती हैं। रीढ़ की हड्डी की चोटों पर नवीनतम शोध अब नियंत्रित तंत्रिका पुनर्जनन की शुरुआत की ओर अग्रसर है, एलिजाबेथ द्वारा अंगों और ऊतकों के पुनर्जनन को प्रेरित करने वाली उपचार छड़ों पर किए गए कार्य के लगभग चार से पांच हजार साल बाद।

वह यह नहीं बता पा रही थी कि छड़ें ऊर्जा के अलावा और किस तरह काम करती हैं। एलिजाबेथ के पास उन्हें समझने और समझाने के लिए न तो शब्द थे और न ही मानसिक अवधारणाएँ।
वह फिर से बोलने लगी, और उसकी नासमझी के कारण स्पष्ट हो गए।
“कम से कम वे मुझे यही बताते हैं। मैं जवान हूँ और एक लड़की हूँ। मैंने छड़ें पकड़ी हैं, लेकिन मैंने उन्हें कभी काम करते नहीं देखा। मैंने अभी तक पुनर्जन्म नहीं देखा है… मेरे भाई ने यह देखा है। उसे इसकी अनुमति है, और जब वह बड़ा हो जाएगा तो उसे भी पुनर्जन्म का यह ज्ञान प्राप्त होगा। मेरा प्रशिक्षण उस स्तर से पहले ही समाप्त हो जाएगा। मैं उस स्तर तक नहीं पहुँच सकती, क्योंकि मैं एक लड़की हूँ,” उसने समझाया।
“उसे पुनर्जन्म का ज्ञान प्राप्त करने की अनुमति दी जाएगी, और आपको नहीं?” मैंने प्रश्न किया।
“यह सच है,” उसने टिप्पणी की। “उसे उच्च रहस्यों को जानने की अनुमति होगी, लेकिन मुझे नहीं।”
वह थोड़ी देर रुकी, फिर बोली, “मुझे उससे जलन नहीं है। यह एक रिवाज है... एक मूर्खतापूर्ण रिवाज, क्योंकि मुझमें कई पुरुषों से ज़्यादा ठीक करने की क्षमता है।”
उसकी आवाज धीमी होकर फुसफुसाहट में बदल गई।
“वह मुझे सारे रहस्य बता ही देगा… उसने मुझसे वादा किया है। वह मुझे यह भी सिखाएगा कि छड़ें कैसे काम करती हैं। वह मुझे पहले ही बहुत सी बातें समझा चुका है… उसने मुझे बताया है कि वे हाल ही में मरे हुए लोगों को पुनर्जीवित करने की कोशिश कर रहे हैं!” “कौन-कौन मर गए?” मैंने भी यही सवाल दोहराया।
“हां, लेकिन यह बहुत जल्दी किया जाना चाहिए,” उन्होंने आगे कहा। "वे ऐसा कैसे करते हैं?"

“मुझे नहीं पता… वे कई छड़ियों का इस्तेमाल करते हैं। विशेष मंत्रोच्चार होते हैं। शरीर को एक विशेष स्थिति में रखना पड़ता है। और भी बहुत कुछ है, लेकिन मुझे नहीं पता… जब मेरे भाई को पता चलेगा, तो वह मुझे बताएगा।” उसने अपनी बात समाप्त की।
मेरे तार्किक मन ने यह निष्कर्ष निकाला कि जिन लोगों को कथित तौर पर पुनर्जीवित किया जा रहा था, वे वास्तव में अभी मरे नहीं थे, बल्कि शायद मृत्यु के करीब थे, जैसे मृत्यु के करीब पहुँच चुके मरीज़। आख़िरकार, उन दिनों मस्तिष्क तरंगों की कार्यप्रणाली पर नज़र रखने के लिए उपकरण नहीं थे। वे मस्तिष्क की गतिविधि की अनुपस्थिति का सटीक पता नहीं लगा सकते थे, जो मृत्यु की हमारी आधुनिक परिभाषा है।
मेरी अंतरात्मा ने मुझे खुले दिमाग से सोचने को कहा। अन्य स्पष्टीकरण भी हो सकते हैं, ऐसे स्पष्टीकरण जो मेरी वर्तमान समझ से परे हों।
एलिजाबेथ अभी भी चुप थी, इसलिए मैंने फिर से सवाल पूछना शुरू कर दिया।
मैंने उससे पूछा, "क्या आप इलाज के अन्य तरीके भी अपनाती हैं?" “कई विधियाँ हैं,” उसने उत्तर दिया। “एक विधि है हाथों से उपचार। हम शरीर के उस भाग को स्पर्श करते हैं जिसे उपचार की आवश्यकता होती है और सीधे वहाँ ऊर्जा भेजते हैं... अपने हाथों के माध्यम से। कुछ विधियों में तो शरीर को स्पर्श करने की भी आवश्यकता नहीं होती। हम व्यक्ति के शरीर के ऊपर गर्म क्षेत्रों को महसूस करते हैं। हम उस गर्मी को फैलाते हैं और ऊर्जा को सुचारू बनाते हैं। गर्मी को शरीर के कई स्तरों पर फैलाना आवश्यक है, न कि केवल सबसे निकट के स्तर पर,” उसने समझाया। वह अब

तेजी से बोल रही थी और उपचार तकनीकों के प्राचीन विभिन्न रूपों का वर्णन कर रही थी।
“कुछ लोग मानसिक रूप से ठीक हो सकते हैं। वे अपने मन में समस्या वाले क्षेत्रों को देख सकते हैं, और वे मानसिक रूप से उन स्थानों पर ऊर्जा भेजते हैं। मैं अभी ऐसा नहीं कर सकती,” उन्होंने आगे कहा, “लेकिन मैं आखिरकार सीख जाऊंगी।”
“कुछ लोग अपनी दूसरी और तीसरी उंगली को एक साथ मिलाकर व्यक्ति की नाड़ी को छूते हैं और सीधे रक्त प्रवाह में ऊर्जा भेजते हैं। इस तरह आप आंतरिक अंगों तक पहुँच सकते हैं, और आप शुद्धिकरण ऊर्जा को व्यक्ति के पैर की उंगलियों से निकलते हुए देख सकते हैं।” एलिजाबेथ ने अपनी तेज़ और तकनीकी व्याख्या जारी रखी। “मैं आजकल लोगों को गहरी समाधि अवस्था में ले जाने और उन्हें उपचार की प्रक्रिया को प्रत्यक्ष रूप से देखने का अभ्यास करा रही हूँ, ताकि वे मानसिक स्तर पर पूर्ण उपचार प्रक्रिया से गुजर सकें। हम उन्हें गहरी समाधि अवस्था में जाने में मदद करने के लिए औषधियाँ देते हैं।” वह एक क्षण के लिए रुकीं।
औषधियों को छोड़कर, यह अंतिम तकनीक काफी हद तक उन सम्मोहक दृश्यादृश्यों से मिलती जुलती है जिनका उपयोग मैं और अन्य लोग बीसवीं शताब्दी के उत्तरार्ध में उपचार प्रक्रिया को उत्तेजित करने के लिए कर रहे हैं।
मैंने पूछा, "क्या और भी तरीके हैं?"
“देवताओं का आह्वान करने वाली वस्तुएँ पुजारियों के लिए आरक्षित हैं,” उसने उत्तर दिया। “ये मेरे लिए वर्जित हैं।” "निषिद्ध?"
“हाँ, क्योंकि औरतें पुजारिन नहीं बन सकतीं। हम वैद्य बन सकती हैं, और पुजारियों की मदद भी करती हैं, लेकिन उनके काम नहीं कर

सकतीं।...कुछ औरतें खुद को पुजारिन कहती हैं और समारोहों में वाद्य यंत्र बजाती हैं, लेकिन उनमें कोई शक्ति नहीं होती।” व्यंग्य भरे लहजे में उन्होंने आगे कहा, “वे मेरी तरह वैद्य हैं, संगीतकार; वे पुजारी तो हैं ही नहीं। यहाँ तक कि हैथोर भी उनका मज़ाक उड़ाती है।”
हाथोर मिस्र की प्रेम, उल्लास और आनंद की देवी थीं। वे उत्सव और नृत्य की भी देवी थीं। एलिजाबेथ शायद हाथोर के एक गूढ़ कार्य, महिलाओं की रक्षक और संरक्षक होने की बात को याद कर रही थीं। इन पुजारिनों का हाथोर द्वारा उपहास करना उनके उपाधियों के खोखले आडंबर को उजागर करता है।
एलिजाबेथ फिर चुप हो गई, और जैसे ही वह चुप हुई, मेरे मन में वर्तमान समय से समानताएं उभरने लगीं। ऐसा लगता है कि लैंगिक भेदभाव की यह परंपरा समय जितनी ही पुरानी है।
मिस्र के इस आदिम काल में उन्नति के रास्ते कुछ ही लोगों तक सीमित प्रतीत होते थे। स्वयं को आधा देवता माना जाने वाला फ़राओ के रिश्तेदार उन्नति कर सकते थे, लेकिन महिला रिश्तेदारों को जल्द ही लैंगिक बाधा का सामना करना पड़ता था। फ़राओ के पुरुष रिश्तेदार विशेषाधिकार प्राप्त कुछ ही लोगों में शामिल थे।
एलिजाबेथ अभी भी चुप थी, और मैंने उसे आगे बढ़ने के लिए प्रेरित किया। "समय में आगे बढ़ो और उस जीवन की अगली महत्वपूर्ण घटना पर ध्यान दो। तुम्हें क्या दिखाई देता है?"
कुछ और वर्षों के अनुभव साझा करते हुए उन्होंने कहा, “अब मैं और मेरा भाई सलाहकार हैं। हम इस क्षेत्र के राज्यपाल के साथ खड़े हैं और उन्हें सलाह देते हैं। वे एक कुशल प्रशासक और अच्छे सैन्य नेता भी हैं। लेकिन वे आवेगशील हैं और उन्हें हमारी

सूझबूझ और आंतरिक मार्गदर्शन की आवश्यकता है। हम उन्हें संतुलित रखने में मदद करते हैं।”
"क्या आप यह काम करके खुश हैं?"
“हाँ, अपने भाई के साथ रहना अच्छा लगता है… और राज्यपाल आमतौर पर दयालु हैं। वे अक्सर हमारी सलाह सुनते हैं… हम अपना उपचार कार्य भी करते हैं।” वह संतुष्ट लग रही थी, भले ही वह बहुत खुश न हो। उसकी शादी नहीं हुई थी, इसलिए उसका भाई ही उसका परिवार था। मैंने उसे समय में आगे बढ़ा दिया।
अब वह स्पष्ट रूप से परेशान थी। वह रोने लगी, फिर रुक गई। “मैं इस सब से बहुत कुछ जानती हूँ। मुझे मजबूत बनना होगा। ऐसा नहीं है कि मुझे निर्वासन या मृत्यु से डर लगता है। बिलकुल नहीं।
लेकिन अपने भाई को छोड़ना... यह बहुत मुश्किल है!” एक और आंसू बह गया।
“क्या हुआ?” मैंने पूछा, उसकी किस्मत में अचानक आए इस बदलाव से मैं थोड़ा चौंक गया था।
“गवर्नर का बेटा बहुत बीमार पड़ गया। कुछ भी करने से पहले ही उसकी मौत हो गई। वह हमारे पुनर्जन्म के काम और हाल ही में मरे हुए लोगों को फिर से जीवित करने के प्रयासों के बारे में जानता था। इसलिए उसने मुझसे अपने बेटे को मौत के मुंह से वापस लाने की मांग की। अगर मैंने ऐसा नहीं किया, तो मुझे हमेशा के लिए देश निकाला दे दिया जाएगा। मैं उस जगह को जानता हूँ। वहाँ से कोई वापस नहीं आता।”
“और बेटा?” मैंने हिचकिचाते हुए पूछा।
“उसे वापस नहीं भेजा जा सकता था। इसकी इजाज़त नहीं थी। इसलिए मुझे ही सज़ा भुगतनी पड़ी।” वह फिर से उदास हो गई और उसकी आँखों में एक बार फिर आँसू भर आए।

“यह समझ से परे है,” उसने धीरे से कहा। “मुझे कभी भी छड़ियों के बारे में सीखने की अनुमति नहीं दी गई।... मुझे कभी भी पुनर्जन्म और पुनर्जीवन का ज्ञान प्राप्त करने की अनुमति नहीं दी गई। मेरे भाई ने मुझे थोड़ा बहुत सिखाया, लेकिन पर्याप्त नहीं।... उन्हें पता भी नहीं था कि उसने मुझे कुछ बताया था।”
“तुम्हारे भाई को क्या हुआ?”
“वह दूर था, इसलिए बच गया। सभी पुजारी दूर थे। केवल मैं ही आसपास था।... निर्वासन शुरू होने से पहले वह मुझसे मिलने के लिए समय पर लौट आया। मुझे डर नहीं है।”
निर्वासन या मृत्यु, उसके पास केवल यही विकल्प है... कोई और विकल्प नहीं है।"
मैंने पूछा, "आप कितने समय तक निर्वासन में रहेंगे?"
“ज़्यादा समय नहीं,” उसने उत्तर दिया। “मुझे शरीर त्यागना आता है। एक दिन मैंने शरीर त्याग दिया और फिर कभी वापस नहीं लौटी। वही मेरी मृत्यु थी, क्योंकि आत्मा के बिना शरीर मर जाता है।” वह सीधे इस बिंदु पर पहुँच गई थी और एक उच्च दृष्टिकोण से बात कर रही थी।
"इतना सरल है?"
“जब ऐसी मृत्यु चुनी जाती है, तो कोई दर्द नहीं होता, चेतना में कोई व्यवधान नहीं होता। इसीलिए मुझे मृत्यु से भय नहीं था। मैं जानती थी कि मैं अपने भाई को फिर कभी नहीं देख पाऊंगी। मैं उस बंजर द्वीप पर अपना काम नहीं कर सकती थी। भौतिक रूप में रहने का कोई कारण नहीं था। देवता समझते हैं।”
वह चुपचाप विश्राम कर रही थी। मैं जानता था कि अपने भाई के लिए उसका प्यार शारीरिक मृत्यु के बाद भी अमर रहेगा, जैसे उसके भाई

कोई पत्ता आपको बिल्कुल अलग और बहुत दूर लगे, फिर भी आप उस पत्ते से जुड़े हुए हैं। आप सभी पत्तों से जुड़े हुए हैं। लेकिन आप अपने पेड़ के पत्तों से सबसे ज़्यादा जुड़े हुए हैं। और अपनी शाखा के पत्तों से तो और भी ज़्यादा गहराई से जुड़े हुए हैं। और अपनी ही टहनी के पत्तों के साथ तो लगभग एकरूप हैं।
आप शायद अपने जन्मों में अपने जीवन वृक्ष में दूर स्थित अन्य आत्माओं से मिल चुके होंगे। उनके साथ आपके अनेक संबंध रहे होंगे। उनकी मुलाकातें अत्यंत संक्षिप्त रही होंगी। तीस मिनट की मुलाकात भी आपको कोई सबक सिखाने में सहायक हो सकती है, या उन्हें, या आप दोनों को, जैसा कि अक्सर होता है। इनमें से कोई एक आत्मा शायद सड़क पर भीख मांगने वाला वह व्यक्ति रहा हो जिसे आपने अपने दिल से दान दिया था, जिससे आप दूसरे मनुष्य के प्रति अपनी करुणा का विस्तार कर सके और उसे प्रेम और सहायता प्राप्त करना सिखा सके। आप और वह भिखारी उस जन्म में शायद फिर कभी नहीं मिले हों, फिर भी आप उस घटनाक्रम का हिस्सा हैं। आपकी मुलाकातों की अवधि अलग-अलग होती है - पाँच मिनट, एक घंटा, एक दिन, एक महीना, एक दशक या उससे भी अधिक - आत्माओं का संबंध इसी प्रकार होता है। संबंधों को समय से नहीं, बल्कि सीखे गए सबकों से मापा जाता है।

अध्याय 18

कहानी लिखना कितना दिलचस्प होगा!
इस जीवन में उस व्यक्ति के अनुभव जिसने अपने पिछले जीवन में आत्महत्या कर ली थी; कैसे वह अब उन्हीं के विरुद्ध ठोकर खा रहा है
उन मांगों का सामना करते हुए जो पहले भी सामने आ चुकी थीं, जब तक कि उसे यह अहसास नहीं हो जाता कि उसे उन मांगों को पूरा करना ही होगा।. . . पिछले जीवन के कर्म वर्तमान जीवन को दिशा देते हैं। टालस्टाय
उसे लगा जैसे वह संदेश उसकी आत्मा में गहराई तक उतर गया हो। वे जीवंत शब्द उसके अस्तित्व में हमेशा के लिए समा गए। उसके क्षत-विक्षत शरीर को वहीं छोड़कर जब वह विश्राम कर रहा था, तब हम दोनों ने इन दिखने में सरल शब्दों के विभिन्न अर्थों पर विचार किया।
सत्र की शुरुआत हमेशा की तरह हुई। मैंने तेजी से सम्मोहन करके पेड्रो को प्रतिगामी अवस्था में पहुँचाया और वह तुरंत ही गहरी शांति की अवस्था में चला गया। उसकी साँसें गहरी और नियमित हो गईं और उसकी मांसपेशियाँ पूरी तरह शिथिल हो गईं। सम्मोहन द्वारा केंद्रित होकर उसका मन समय और स्थान की सामान्य सीमाओं को पार कर गया और उसे वे घटनाएँ याद आ गईं जो पेड्रो के रूप में उसके जन्म से बहुत पहले घटी थीं।
“मैंने भूरे जूते पहने हैं,” उसने अपने पिछले जन्म के भौतिक परिवेश में प्रवेश करते हुए कहा। “ये पुराने और घिसे-पिटे हैं… मैं लगभग चालीस साल का आदमी हूँ,” उसने बिना मेरे पूछे ही आगे कहा। “सिर के ऊपर से बाल झड़ रहे हैं और कुछ बाल सफ़ेद होने लगे

हैं। मेरी साइडबर्न और दाढ़ी भी सफ़ेद हो चुकी है। मेरी दाढ़ी छोटी है और मैंने इसे गालों तक काफ़ी नीचे तक शेव किया हुआ है।” वह छोटी-छोटी बातों पर भी काफी ध्यान दे रहा था। मुझे उसके वर्णन की सटीकता पसंद आई, लेकिन साथ ही मुझे समय बीतने का भी एहसास था।
मैंने सलाह दी, "आगे बढ़ो। पता लगाओ कि इस जीवन में तुम्हारा क्या उद्देश्य है। फिर अगले महत्वपूर्ण अवसर की ओर बढ़ो।" “मेरे चश्मे छोटे और तार के फ्रेम वाले हैं,” उन्होंने अपने शारीरिक लक्षणों पर ध्यान केंद्रित करते हुए कहा। “मेरी नाक चौड़ी है और मेरी त्वचा बहुत पीली है।”
सम्मोहन के प्रभाव में आए मरीज़ का मेरे सुझावों का विरोध करना कोई असामान्य बात नहीं है। मैंने यह सीखा है कि आप हमेशा मरीज़ को निर्देशित नहीं कर सकते; कभी-कभी मरीज़ को ही आपको निर्देशित करना पड़ता है।
मैंने पूछा, "आप इस जीवन में क्या करते हैं?"
“मैं एक डॉक्टर हूँ,” उसने तुरंत जवाब दिया, “एक ग्रामीण डॉक्टर। मैं बहुत मेहनत करता हूँ। यहाँ के लोग अधिकतर गरीब हैं, लेकिन मेरा गुजारा चल जाता है। कुल मिलाकर वे अच्छे लोग हैं।” क्या आपको उस जगह का नाम पता है जहाँ आप रहते हैं?
“मेरा मानना है कि यह इसी देश में, ओहियो में है. . .”
क्या आपको वर्ष पता है?
"मुझे लगता है, अठारहवीं सदी के उत्तरार्ध में।"
“और आपका नाम?” मैंने विनम्रता से पूछा।
“थॉमस... मेरा नाम थॉमस है।”
क्या आपका कोई उपनाम है?

“यह D से शुरू होता है... डिक्सन या डिगिन्स या कुछ ऐसा ही... मुझे अच्छा नहीं लग रहा है,” उन्होंने आगे कहा।
"क्या गलत?"
“मुझे बहुत दुख हो रहा है... बहुत दुख। मैं जीना नहीं चाहता!” वह सीधे संकट के समय में पहुँच गया था।
मैंने पूछा, "तुम्हें इतनी उदासी किस बात से हो रही है?" उन्होंने स्पष्ट किया, “मैं पहले भी निराशा से ग्रस्त रहा हूँ। यह कभी आती है कभी जाती है, लेकिन इस बार सबसे बुरी है। पहले कभी इतनी बुरी हालत नहीं हुई। दोनों ही बातें मुझे पूरी तरह से परेशान कर रही हैं... मैं इस तरह से आगे नहीं बढ़ सकता।”
“वो ‘दोनों चीजें’ क्या होती हैं?” मैंने भी यही सवाल दोहराया। “मेरा मरीज़ मर गया। बुखार ने उसकी जान ले ली। उन्होंने मुझ पर भरोसा किया था कि मैं उसे बचा लूँगी। उन्होंने मुझ पर विश्वास किया, और मैं नहीं कर सकी। मैंने उन्हें निराश किया है... अब उनके पास न पति है, न पिता। उन्हें जीने के लिए संघर्ष करना पड़ेगा... मैं उसे बचा नहीं सकी!”
“कभी-कभी हमारी तमाम कोशिशों के बावजूद मरीज़ों की मौत हो जाती है। खासकर अठारहवीं सदी में,” मैंने विरोधाभासी ढंग से कहा, मानो एक सदी पहले घटी घटना को लेकर उसके अपराधबोध और निराशा को कम करने की कोशिश कर रहा हो। मैं घटना को बदल नहीं सकता था, केवल उसके प्रति उसके दृष्टिकोण को बदल सकता था। मैं जानता था कि थॉमस अपनी भावनाओं को पहले ही अनुभव कर चुका था और उन पर अमल भी कर चुका था। जो हो गया सो हो गया। लेकिन मैं पेड्रो की मदद कर सकता था, उसे समझने में मदद करके, उसे एक उच्च और अधिक तटस्थ दृष्टिकोण से देखने में मदद करके।

मैंने इसके बजाय पूछा, "आगे क्या होगा?"
“मैंने कर दिया,” उसने सरल स्वर में कहा। “मैंने अपने मुँह में गोली मार ली है, और अब मैं अपना शरीर देख सकता हूँ… कितना खून! कितना खून!” वह पहले ही अपने शरीर से अलग हो चुका था और उसे दूर से देख रहा था।
मैंने पूछा, "अब आपको कैसा लग रहा है?"
“मैं उलझन में हूँ… मैं अब भी दुखी हूँ… मैं बहुत थका हुआ हूँ,” उसने उत्तर दिया। “लेकिन मैं आराम नहीं कर सकता। अभी नहीं… कोई तो मेरे लिए यहाँ है।”
"वहाँ कौन है?"
मुझे नहीं पता। कोई बहुत महत्वपूर्ण व्यक्ति। उसे मुझसे कुछ कहना है।
वह आपको क्या बताता है?
मैंने अंत तक एक अच्छा जीवन जिया है। मुझे अपना जीवन समाप्त नहीं करना चाहिए था। फिर भी ऐसा लगता है कि वह जानता था कि मैं वही करूंगा जो मैंने किया।
“क्या और भी कुछ है?” मैंने इस विरोधाभास को दरकिनार करते हुए पूछा। जवाब अब सीधे मेरे सामने आया, और भी शक्तिशाली आवाज़ में। क्या यह थॉमस था, या पेड्रो, या कोई और? मुझे क्षण भर के लिए कैथरीन के माध्यम से बोलने वाले गुरुओं की याद आ गई। लेकिन यह कई साल बाद की बात थी, और कैथरीन यहाँ नहीं थी।
“महत्वपूर्ण यह है कि दूसरों की मदद के लिए प्रेम से हाथ बढ़ाएं, न कि परिणाम। प्रेम से हाथ बढ़ाएं। बस इतना ही करना है। एक-दूसरे से प्रेम करें। प्रेम से हाथ बढ़ाने के परिणाम वे नहीं हैं जिनकी आप तलाश करते हैं। शारीरिक परिणाम। आपको लोगों के दिलों को ठीक करना होगा।”

हम दोनों चिकित्सक, थॉमस और मैं, संबोधित किए जा रहे थे, और हम दोनों ने ध्यानपूर्वक संदेश सुना। आवाज पेड्रो की आवाज से कहीं अधिक शक्तिशाली, अधिक आत्मविश्वासपूर्ण और अधिक उपदेशात्मक थी।
मैं तुम्हें मनुष्यों के हृदयों को ठीक करना सिखाऊंगा। तुम समझ जाओगे। एक दूसरे से प्रेम करो!
हम दोनों इन शब्दों की शक्ति को महसूस कर सकते थे, क्योंकि ये हमारे भीतर गहराई तक समा गए थे। ये शब्द जीवंत थे। हम इन्हें कभी नहीं भूल सकते थे।
बाद में, पेड्रो ने मुझे बताया कि उसने उस प्रकाशमान आगंतुक द्वारा संप्रेषित हर चीज को स्पष्ट रूप से देखा और सुना - ऐसे शब्द जो प्रकाश के साथ नृत्य करते हुए उनके बीच की दूरी को पाटते थे।
मैंने भी वही शब्द सुने थे। मुझे पूरा यकीन था कि वे मेरे लिए ही थे। महत्वपूर्ण सबक मेरे सामने उभर आए। प्रेम और करुणा से दूसरों की मदद करो, और परिणामों की चिंता मत करो। अपने जीवन को उसके स्वाभाविक समय से पहले समाप्त करने का प्रयास मत करो। एक उच्चतर बुद्धि परिणामों का ध्यान रखती है और हर चीज का समय जानती है। स्वतंत्र इच्छा और नियति साथ-साथ चलते हैं। शारीरिक परिणामों से उपचार को मत मापो। उपचार कई स्तरों पर होता है, केवल शारीरिक स्तर पर नहीं, और सच्चा उपचार हृदय स्तर पर होना चाहिए। किसी तरह मैं मनुष्यों के हृदयों को ठीक करना सीखूंगा। सबसे महत्वपूर्ण बात: एक दूसरे से प्रेम करो। यह शाश्वत ज्ञान है, जिसे आसानी से समझा जा सकता है, लेकिन कुछ ही लोग इसका अभ्यास करते हैं।

मेरा मन पेड्रो की ओर चला गया। अलगाव और हानि के विषय उसके जीवन भर उसे परेशान करते रहे। इस बार इन्हीं विषयों ने उसे आत्महत्या की ओर धकेल दिया था। उसे जीवन को असमय समाप्त न करने की चेतावनी दी गई थी। लेकिन फिर से हानियाँ हो रही थीं और दुःख लौट आया था। क्या वह याद रख पाएगा या निराशा एक बार फिर उसे घेर लेगी?

किसी मरीज़ को ठीक न कर पाने वाले चिकित्सक के लिए यह कितना दुखद होता है। प्राचीन मिस्र में एलिज़ाबेथ की "असफलता"। ओहियो के चिकित्सक थॉमस के रूप में पेड्रो की निराशा। एक चिकित्सक के रूप में मेरे अपने दर्दनाक अनुभव।
एक चिकित्सक के रूप में मेरी पहली निराशा, जब मैं एक भयंकर बीमारी के प्रकोप को रोक नहीं पाई, पच्चीस साल से भी पहले येल मेडिकल स्कूल में तीसरे वर्ष की छात्रा के रूप में अपने पहले क्लिनिकल रोटेशन के दौरान हुई थी। मैंने बाल रोग विभाग से शुरुआत की और मुझे डैनी नाम के सात वर्षीय लड़के की देखभाल का जिम्मा सौंपा गया, जिसे विल्म्स का एक बड़ा ट्यूमर था। यह गुर्दे का एक घातक ट्यूमर है जो लगभग विशेष रूप से बचपन में ही होता है। बच्चा जितना छोटा होता है, रोग का पूर्वानुमान उतना ही बेहतर होता है। इस कैंसर के लिए सात साल की उम्र को कम नहीं माना जाता था।
डैनी मेरे चिकित्सा करियर का पहला वास्तविक मरीज़ था। उससे पहले, मेरा सारा अनुभव कक्षाओं, व्याख्यान कक्षों, प्रयोगशालाओं में और घंटों तक पाठ्यपुस्तकों के सामने बैठकर सीखने में ही बीता था। तीसरे वर्ष से हमारा नैदानिक अनुभव शुरू हुआ। हमें वास्तविक रोगियों के साथ अस्पताल के वार्डों में

भेजा गया। बहुत हो गया तथ्य और सिद्धांत। अब व्यावहारिक प्रयोग का समय आ गया था।
मुझे प्रयोगशाला परीक्षणों के लिए डैनी का खून निकालना पड़ा, और मैंने सभी छोटी-मोटी प्रक्रियाओं का ध्यान रखा, जिन्हें अधिक अनुभवी चिकित्सक "मामूली काम" कहते हैं, लेकिन तीसरे वर्ष के मेडिकल छात्रों के लिए ये बहुत मायने रखती हैं।
डैनी एक बहुत ही प्यारा बच्चा था, लेकिन हमारा रिश्ता और भी मजबूत और खास था क्योंकि वह मेरा पहला मरीज था।
डैनी ने बहादुरी से संघर्ष किया। शक्तिशाली लेकिन विषैली कीमोथेरेपी के कारण उसके बाल झड़ गए थे। उसका पेट बुरी तरह फूल गया था। फिर भी वह हिम्मत जुटा रहा था, और उसके माता-पिता और मुझे उम्मीद जगी। उस समय इस प्रकार के कैंसर से काफी संख्या में बच्चे ठीक हो जाते थे।
मैं उपचार दल का सबसे युवा सदस्य था। मेडिकल छात्र को आमतौर पर इंटर्न, रेजिडेंट या अटेंडिंग फिजिशियन की तुलना में क्लिनिकल मेडिसिन का कम ज्ञान होता था, क्योंकि वे सभी अपने काम में बेहद व्यस्त रहते थे। दूसरी ओर, मेडिकल छात्र के पास मरीज और परिवार के साथ समय बिताने का अधिक अवसर होता था। सामान्य तौर पर, मेडिकल छात्र मरीज और उसके परिवार को बेहतर ढंग से जानने को प्राथमिकता देता था। हमें अक्सर परिवार से बात करने या मरीज को संदेश पहुंचाने का काम सौंपा जाता था।
डैनी मेरा मुख्य मरीज़ था, और मैं उसे बहुत पसंद करता था। मैंने उसके बिस्तर के पास बैठकर कई घंटे बिताए, उसके साथ खेल खेला, कहानियाँ पढ़ीं या बस बातें कीं। मैं उसकी हिम्मत की तारीफ़ करता था। मैंने उसके माता-पिता के साथ भी समय बिताया, अक्सर डैनी के अंधेरे और नीरस अस्पताल के कमरे में। हमने कैफ़ेटेरिया

में साथ खाना भी खाया। वे डरे हुए थे, लेकिन उसकी हिम्मत देखकर उन्हें हौसला भी मिला।
अचानक, डैनी की हालत बेहद बिगड़ गई। एक खतरनाक श्वसन संक्रमण ने उसकी कमजोर प्रतिरक्षा प्रणाली को बुरी तरह से प्रभावित कर दिया। उसे सांस लेने में कठिनाई हो रही थी, और उसकी हमेशा चमकती रहने वाली आंखें बेजान और धुंधली हो गईं। मुझे चिकित्सा दल के वरिष्ठ सदस्यों ने दरकिनार कर दिया। एंटीबायोटिक्स शुरू की गईं, बंद की गईं और बदली गईं, लेकिन कोई फायदा नहीं हुआ। डैनी की हालत बिगड़ती चली गई। मैं उसके माता-पिता के साथ असहाय और भयभीत होकर बैठी रही। बीमारी जीत गई। डैनी की मृत्यु हो गई।
मैं इतना दुखी था कि उसके माता-पिता के साथ कुछ देर बात करने और गले लगाने से ज़्यादा समय नहीं बिता पाया। उस समय मैंने उनकी पीड़ा को जितना हो सके उतना महसूस किया। तीन साल बाद, जब मेरे अपने बेटे की अस्पताल में मृत्यु हुई, तो मैं और भी ज़्यादा समझ पाया। लेकिन उस समय, मुझे उसकी मृत्यु के लिए कुछ अस्पष्ट ज़िम्मेदारी का एहसास हुआ, मानो मुझे कुछ करना चाहिए था, कुछ भी, ताकि इसे टाला जा सके।
उपचार करने में "विफलता" हर चिकित्सक की आत्मा पर गहरा आघात पहुंचाती है। मैं थॉमस की निराशा को समझता था।
मानसिक रोगियों में से बहुत कम लोग अपनी बीमारी से मरते हैं। फिर भी, गंभीर रूप से विक्षिप्त रोगी की मदद करने में असमर्थता उसी प्रकार की निराशा और लाचारी की भावना को जन्म देती है।
जब मैं माउंट सिनाई में मनोचिकित्सा विभाग का अध्यक्ष था, तब मैंने तीस वर्ष की एक सुंदर और प्रतिभाशाली महिला का इलाज किया। एक सफल करियर वाली महिला, उसका हाल ही में सुखद वैवाहिक जीवन शुरू हुआ था। धीरे-धीरे वह पैरानोइया (भ्रम की स्थिति) से

ग्रस्त हो गई, और दवाइयों, थेरेपी और हर तरह के हस्तक्षेप के बावजूद उसकी स्थिति बिगड़ती जा रही थी। न तो मैं और न ही मेरे द्वारा बुलाए गए किसी भी विशेषज्ञ को इसका कारण पता चल सका, क्योंकि उसके लक्षण, स्थिति और परीक्षण सिज़ोफ्रेनिया, उन्माद या किसी अन्य सामान्य मनोविकार के लिए बहुत ही असामान्य थे। सुदूर पूर्व की यात्रा के तुरंत बाद उसकी हालत बिगड़ने लगी थी, और एक परीक्षण में एक परजीवी के प्रति एंटीबॉडी का स्तर बहुत अधिक पाया गया था। फिर भी, किसी भी चिकित्सीय या मनोरोग उपचार से कोई फायदा नहीं हुआ, और उसकी हालत धीरे-धीरे बिगड़ती चली गई। एक बार फिर, मैंने लाचारी की पीड़ा, उस चिकित्सक की निराशा को महसूस किया जो किसी का इलाज नहीं कर सकता था।
प्रेम से संपर्क करना, अपना सर्वश्रेष्ठ प्रयास करना और परिणामों की चिंता न करना, यही सही उत्तर है। यह सरल अवधारणा, जो मुझे अत्यंत सत्य प्रतीत होती है, उपचारकों के लिए आवश्यक समझ का मरहम है। एक अर्थ में, मैंने डैनी के प्रति प्रेम का भाव दिखाया, और उसने भी बदले में मेरे प्रति प्रेम का भाव दिखाया।

अध्याय 19

या फिर वीरगाथा के दिन कभी बीत ही गए।
पुरानी दुनिया को कब्र में ले जाते हुए,
मैं बेबीलोन का राजा था
और तुम एक ईसाई गुलाम थे।
मैंने देखा, मैंने लिया, मैंने तुम्हें छोड़ दिया। मैंने तुम्हारे स्वाभिमान को चूर-चूर कर दिया... और अनगिनत सूर्य अस्त हुए और उदय हुए।
तब से कब्र पर
बेबीलोन के राजा द्वारा जारी फरमान
वह उसके लिए कभी उसकी गुलाम हुआ करती थी।
जिस अहंकार को मैंने कुचला, अब वही मेरा दोष है।
क्योंकि यह मुझे फिर से कुचल देता है।
पुरानी नाराजगी मौत की तरह बनी रहती है।
तुम प्रेम करते हो, फिर भी परहेज करते हो।
तुम्हारे इस कठोर विश्वासघात से मेरा दिल टूट गया है।
और मैं व्यर्थ ही अपना दिल तोड़ता हूँ।
विलियम अर्नेस्ट हेनली
एलिज़ाबेथ हताश और निराश थी। उसका नया रिश्ता सिर्फ़ दो मुलाकातों तक ही चला था। बॉब उससे बच रहा था। वह उसे काम के सिलसिले में एक साल से ज़्यादा समय से जानती थी। वह सफल और आकर्षक था और उसकी कई रुचियाँ उससे मिलती-जुलती थीं। उसने उसे बताया कि एक शादीशुदा महिला के साथ उसका लंबा प्रेम संबंध अभी- अभी खत्म हुआ है। बॉब के कई अन्य महिलाओं के साथ अल्पकालिक संबंध रहे थे, लेकिन उन महिलाओं में हमेशा कुछ न कुछ कमी सी लगती

थी। उसके अनुसार, वे सतही या कम बुद्धिमान निकलती थीं या उसके मूल्यों को नहीं मानती थीं, और वह रिश्ते तोड़ देता था। उसकी शादीशुदा प्रेमिका हमेशा उसे वापस स्वीकार कर लेती थी। उसका पति अमीर था, लेकिन उनके रिश्ते में प्यार की कमी थी। वह अपने पति और उनकी समृद्ध जीवनशैली को नहीं छोड़ना चाहती थी।
“तुम बाकियों से अलग हो,” बॉब ने एलिज़ाबेथ से कसम खाते हुए कहा। “हममें बहुत कुछ समान है।” उसने एलिज़ाबेथ से कहा कि वह बाकियों से ज़्यादा बुद्धिमान और खूबसूरत है, और उसे पूरा भरोसा है कि उनका रिश्ता लंबे समय तक चलेगा।
एलिज़ाबेथ ने खुद को यकीन दिलाया कि बॉब सही कह रहा था। उसने सोचा, "वह हर समय वहीं था, और मैंने कभी ध्यान ही नहीं दिया। कभी- कभी जवाब आपकी आँखों के सामने ही होता है और आप उसे देख नहीं पाते।"
वह भूल गई थी कि बॉब और उसके सुनहरे बालों वाले आकर्षक रूप पर उसने कभी ध्यान क्यों नहीं दिया, क्योंकि उसके साथ उसे कभी कोई भावनात्मक जुड़ाव महसूस ही नहीं हुआ। वह अकेली थी और किसी पुरुष की बाहों में खोई रहने के लिए बेताब थी। उसने अपने दिमाग की सुनी और अपने दिल की चेतावनी को अनसुना कर दिया।
उनकी पहली मुलाकात बेहद सुखद रही। वे एक अनौपचारिक डिनर, एक अच्छी फिल्म और अंतरंग बातचीत के लिए बाहर गए, जहाँ उन्होंने लगभग पूर्णिमा के चांद की ठंडी रोशनी में समुद्र तट पर हवा से लहराती लहरों को देखा। "मैं तुमसे प्यार कर सकता हूँ," उसने उससे कहा, उसे एक ऐसे वादे से चिढ़ाते हुए जो कभी पूरा नहीं होगा। उसके दिमाग ने हर शब्द को ध्यान से सुना, अपने दिल की अनुत्तरण को अनदेखा करते हुए।

दूसरी मुलाकात ठीक-ठाक रही। उसे अच्छा लगा और उसे महसूस हुआ कि उसे भी अच्छा लगा। उसका स्नेह सच्चा लग रहा था और उसने भविष्य में शारीरिक संबंध बनाने का संकेत भी दिया। लेकिन उसने कभी दोबारा फोन नहीं किया।
आखिरकार उसने उसे फोन किया। उसने कहा कि वह उससे दोबारा मिलना चाहता है, लेकिन वह बहुत व्यस्त है और मिलने का सही समय तय करना मुश्किल है। उसने उसे भरोसा दिलाया कि उसका इरादा नहीं बदला है। वह उससे मिलना चाहता है; बस वह उसे समय नहीं बता सकता।
“मैं हमेशा हारने वालों को ही क्यों चुनती हूँ?” उसने मुझसे पूछा। “मुझमें क्या खराबी है?”
मैंने उससे कहा, "तुम हारे हुए लोगों को नहीं चुनती हो। ये रहा एक आकर्षक और सफल आदमी जिसने तुमसे कहा है कि उसे तुममें दिलचस्पी है और वो तुम्हारे लिए उपलब्ध है। खुद को दोष मत दो।" मैंने ऐसा कहा तो नहीं, लेकिन मन ही मन जानती थी कि वह सही कह रही है। वह हारे हुए लोगों को चुन रही थी, इस मामले में एक भावनात्मक रूप से हारे हुए व्यक्ति को। पता चला कि वह अपनी विवाहित प्रेमिका की सुरक्षा को नहीं छोड़ सकता था। उसने आश्रित और "सुरक्षित" रहना चुना। एलिजाबेथ उसके डर और साहस की कमी का शिकार बन गई। मैंने सोचा, अभी हो जाए तो अच्छा है। एलिजाबेथ मजबूत थी; वह ठीक हो जाएगी।
एलिज़ाबेथ ने पूछा कि क्या हमारे पास अभी भी प्रतिगमन का प्रयास करने का समय है। उसे आभास हो रहा था कि कोई महत्वपूर्ण बात सामने आने वाली है, और वह उसे जानने के लिए उत्सुक थी, इसलिए हमने आगे बढ़ने का निर्णय लिया।
जब वह अपने प्राचीन पूर्व जीवन से प्रकट हुई, तो मुझे यकीन नहीं था कि हमने सही फैसला लिया है या नहीं।

उसने विशाल, लहरदार मैदानों और सपाट चोटी वाली पहाड़ियों की एक भूमि देखी। याक जैसे जानवरों और छोटे फुर्तीले घोड़ों की भूमि, बड़े गोल तंबुओं और खानाबदोश घुमक्कड़ों की भूमि। यह जुनून की भूमि थी, और यह हिंसा की भूमि भी थी।
उसके पति अन्य पुरुषों के साथ शिकार या लूटपाट के लिए बाहर गए हुए थे। दुश्मन ने घोड़ों की लहरों पर सवार होकर कमजोर पड़ चुके रक्षकों पर हमला कर दिया। उसके पति के माता-पिता सबसे पहले मारे गए, उन्हें चौड़ी, तेज धार वाली तलवारों से काट डाला गया। उसके बाद उसके बच्चे को भाले से चीर कर मार डाला गया। उसका मन कांप उठा। वह भी मरना चाहती थी, लेकिन यही उसकी नियति नहीं थी। अपनी सुंदरता के कारण युवा योद्धाओं द्वारा बंदी बना ली गई, वह हमलावर सेना के सबसे शक्तिशाली योद्धा की संपत्ति बन गई। कुछ अन्य युवतियों को भी बख्श दिया गया।
“मुझे मरने दो!” उसने अपने अपहरणकर्ता से विनती की, लेकिन उसने इसकी अनुमति नहीं दी।
“अब तुम मेरी हो,” उसने सरल शब्दों में कहा। “तुम मेरे तम्बू में रहोगी और मेरी पत्नी बनोगी।”
अपने पति को छोड़कर, जिनसे वह फिर कभी नहीं मिल पाएगी, उसके सभी प्रियजन मर चुके थे। उसके पास कोई विकल्प नहीं था। उसने कई बार भागने की कोशिश की, लेकिन हर बार पकड़ी गई। आत्महत्या के उसके प्रयास भी इसी तरह विफल रहे।
उसने खुद को कठोर बना लिया, और उसका अवसाद एक निरंतर सुलगते क्रोध में बदल गया, जिसने उसकी प्रेम करने की क्षमता को नष्ट कर दिया। उसकी आत्मा मुरझा गई, और वह बस अस्तित्व में थी, एक कठोर हृदय जो एक जीवित शरीर में कैद था। कोई भी जेल इतनी कैद करने वाली या इतनी क्रूर नहीं हो सकती थी।

“चलिए समय में पीछे चलते हैं,” मैंने सुझाव दिया। “चलिए उस समय से पहले चलते हैं जब आपके गाँव पर हमला हुआ था।” मैंने तीन से एक तक उल्टी गिनती शुरू की।
मैंने पूछा, "तुम्हें क्या दिख रहा है?"
बचपन के दिनों को याद करते हुए, जब वह उस व्यक्ति के साथ हँसती- खेलती थी जिससे वह आगे चलकर शादी करने वाली थी, उसका चेहरा अब शांत और सौम्य था। वह अपने इस बचपन के दोस्त से बहुत प्यार करती थी, और वह भी उससे उतना ही प्यार करता था। वह पूरी तरह से शांत थी।
“क्या तुम उस आदमी को पहचानती हो जिससे तुमने शादी की है? उसकी आँखों में देखो।”
"नहीं, मैं नहीं करती," उसने अंततः उत्तर दिया।
अपने गांव के बाकी लोगों को देखो। क्या तुम उनमें से किसी को पहचानते हो?
उस जीवनकाल में उसने अपने रिश्तेदारों और दोस्तों को ध्यान से देखा।
“जी हाँ… जी हाँ, मेरी माँ यहीं हैं!” एलिज़ाबेथ ने खुशी से कहा। “ये मेरे पति की माँ हैं। हम बहुत करीबी हैं। जब मेरी माँ का निधन हुआ, तो उन्होंने मुझे बेटी की तरह अपना लिया। मैं उन्हें पहचानती हूँ!”
मैंने पूछा, "क्या आप किसी और को पहचानते हैं?"
"वह सबसे बड़े तंबू में रहती है, जिसमें झंडे और सफेद पंख लगे हैं," उसने मेरे सवाल को नजरअंदाज करते हुए जवाब दिया।
उसका चेहरा उदास हो गया।
"उन्होंने उसे भी मार डाला!" उसने विलाप करते हुए कहा और नरसंहार की घटना को याद करने लगी।

“उसे किसने मारा? वे कहाँ से आए थे?”
“पूरब से, दीवार के उस पार से… मुझे यहीं लाया गया है।”
क्या आपको उनकी भूमि का नाम पता है?
उसने इस सवाल पर विचार किया। “नहीं। ऐसा लगता है कि यह एशिया में कहीं, उत्तरी भाग में है। शायद चीन के पश्चिम में... हमारे चेहरे की बनावट पूर्वी देशों जैसी है।”
मैंने जवाब दिया, "कोई बात नहीं। चलिए, उसी जीवनकाल में थोड़ा आगे बढ़ते हैं। आपके साथ क्या होता है?"
“जब मैं बूढ़ी हो गई और उतनी आकर्षक नहीं रही, तब जाकर मुझे आखिरकार आत्महत्या करने की अनुमति मिली,” उसने बिना किसी भाव के जवाब दिया। “मुझे लगता है कि वे मुझसे ऊब गए थे,” उसने आगे कहा। वह अब तैर रही थी, उसने अपना शरीर छोड़ दिया था।
मैंने उनसे अपने जीवन की समीक्षा करने को कहा। “आपको क्या दिखता है? आपने क्या सबक सीखे? आपने क्या सीखा?”
एलिज़ाबेथ कुछ पल चुप रही। फिर उसने उत्तर दिया, “मैंने बहुत कुछ सीखा। मैंने क्रोध और क्रोध को मन में दबाए रखने की मूर्खता को समझा। मैं दुश्मन के शहर में छोटे बच्चों, बूढ़ों और बीमारों के साथ काम कर सकती थी। मैं उन्हें पढ़ा सकती थी... मैं उनसे प्यार कर सकती थी... लेकिन मैंने खुद को कभी प्यार करने की अनुमति नहीं दी। मैंने कभी अपने क्रोध को शांत नहीं होने दिया। मैंने कभी अपने दिल को दोबारा खोलने की अनुमति नहीं दी। और ये बच्चे, कम से कम, निर्दोष थे। वे इस दुनिया में प्रवेश करने वाली आत्माएँ थीं। उनका हमले से, मेरे प्रियजनों की मृत्यु से कोई लेना-देना नहीं था। फिर भी मैंने उन्हें भी दोषी ठहराया। मैंने क्रोध को नई पीढ़ियों तक पहुँचाया, और यह मूर्खता है। इससे उन्हें चोट पहुँच सकती थी, लेकिन सबसे ज़्यादा इसने मुझे ही

नुकसान पहुँचाया... मैंने खुद को दोबारा प्यार करने की अनुमति कभी नहीं दी।” वह थोड़ी देर रुकी। “और मेरे पास देने के लिए बहुत प्यार था।”
वह फिर रुकी और फिर ऐसा लगा जैसे वह किसी और भी उच्च स्रोत से बोल रही हो।
“प्रेम एक तरल पदार्थ की तरह है। यह दरारों को भर देता है। यह अपने आप ही खाली जगहों को भर देता है। हम ही हैं, लोग ही हैं जो झूठी रुकावटें खड़ी करके इसे रोकते हैं। और जब प्रेम हमारे दिलों और दिमागों को नहीं भर पाता, जब हम अपनी आत्मा से अलग हो जाते हैं, जो प्रेम से बनी है, तब हम सब पागल हो जाते हैं।” मैंने उसकी बातों पर गौर किया। मैं जानती थी कि प्यार महत्वपूर्ण है, शायद दुनिया में सबसे महत्वपूर्ण चीज भी। लेकिन यह बात मेरे मन में कभी नहीं आई थी कि प्यार की कमी हमें पागल कर सकती है।
मुझे मनोवैज्ञानिक डॉ. हैरी हार्लो के प्रसिद्ध बंदर प्रयोग याद आए, जिनमें स्पर्श, पालन-पोषण और प्रेम से वंचित युवा बंदर पूरी तरह से असामाजिक हो गए, शारीरिक रूप से बीमार पड़ गए या यहाँ तक कि मर भी गए। वे इसके बिना जीवित नहीं रह सकते थे। प्रेम करना कोई विकल्प नहीं है, बल्कि यह एक आवश्यकता है।
मैंने एलिजाबेथ की ओर मुड़कर कहा, “भविष्य के बारे में सोचो। तुमने तब जो सीखा था, उसका अब तुम पर क्या प्रभाव पड़ता है? और यह सीख, यह याद रखना, तुम्हारे वर्तमान जीवन में तुम्हें अधिक खुश, अधिक शांत और अधिक प्रेमपूर्ण महसूस करने में कैसे मदद कर सकता है?”
मुझे क्रोध को छोड़ना सीखना होगा, उसे मन में दबाकर नहीं रखना होगा, उसे पहचानना होगा, उसकी जड़ों को पहचानना होगा और उसे

जाने देना होगा। मुझे प्रेम करने में स्वतंत्र महसूस करना होगा, खुद को रोकना नहीं होगा, फिर भी मैं तलाश जारी रखती हूँ।
मुझे अभी तक कोई ऐसा नहीं मिला है जिससे मैं पूरी तरह, बिना शर्त प्यार कर सकूँ। हमेशा कोई न कोई समस्या रह ही जाती है।
वह आधे मिनट के लिए चुप हो गई। अचानक वह सामान्य से कहीं अधिक गहरी और धीमी आवाज़ में बोलने लगी। कमरा बहुत ठंडा लगने लगा। “ईश्वर एक है,” उसने बोलना शुरू किया। उसे शब्द ढूंढने में कठिनाई हो रही थी। “यह सब एक ही कंपन, एक ही ऊर्जा है। अंतर केवल कंपन की गति का है। इसलिए ईश्वर, मनुष्य और चट्टानों का वही संबंध है जो भाप, पानी और बर्फ का है। सब कुछ, जो कुछ भी है, उसी एक से बना है। प्रेम बाधाओं को तोड़ता है और एकता उत्पन्न करता है। जो बाधाएँ उत्पन्न करता है, अलगाव और भेद पैदा करता है, वह अज्ञान है। आपको उन्हें ये बातें सिखानी होंगी।”
संदेश यहीं समाप्त हुआ। एलिजाबेथ आराम कर रही थी।
मुझे कैथरीन के संदेश याद आए, जो एलिज़ाबेथ के संदेशों से बहुत मिलते-जुलते थे। कैथरीन जब ये संदेश देती थी, तो कमरा भी ठंडा सा लगता था, ठीक वैसे ही जैसे एलिज़ाबेथ के आने पर लगता था। मैंने उसके शब्दों पर विचार किया। उपचार का अर्थ है सबको एक साथ लाना, बाधाओं को दूर करना। अलगाव ही नुकसान का कारण है। लोगों के लिए इस अवधारणा को समझना इतना मुश्किल क्यों है?

हालांकि मैंने अपने मरीजों के साथ एक हजार से अधिक व्यक्तिगत भूतपूर्व जन्म परीक्षण किए हैं और समूहों में भी कई परीक्षण किए हैं, लेकिन मुझे स्वयं ऐसे अनुभव केवल आधा दर्जन ही हुए हैं। मुझे कुछ यादें स्पष्ट सपनों में और शिआत्सु या

एक्यूप्रेशर उपचार के दौरान आई हैं। इनमें से कुछ का वर्णन मेरी पिछली पुस्तकों में किया गया है।
जब मेरी पत्नी कैरोल ने सामाजिक कार्यकर्ता के रूप में अपने कौशल को बढ़ाने के लिए सम्मोहन चिकित्सा का कोर्स पूरा किया, तो उन्होंने मेरे साथ कुछ पूर्व-जन्म प्रतिगमन सत्र आयोजित किए। मैं यह अनुभव किसी ऐसे व्यक्ति के साथ करना चाहता था जिस पर मुझे भरोसा हो और जो अच्छी तरह से प्रशिक्षित हो।
मैं कई सालों से ध्यान का अभ्यास कर रहा था, और मैं बहुत जल्दी और गहरी अवस्था में चला गया। जब यादें मेरे दिमाग में उमड़ने लगीं, तो वे मुख्य रूप से दृश्य थीं और काफी स्पष्ट थीं, बिल्कुल मेरे सपनों की छवियों की तरह।
मैं खुद को ईसा मसीह के समय के आसपास, अलेक्जेंड्रिया के एक धनी यहूदी परिवार के एक नौजवान के रूप में देख सकता था। मुझे किसी तरह यह पता था कि हमारे समुदाय ने यरूशलेम के महान मंदिर के विशाल स्वर्ण द्वारों के निर्माण में योगदान दिया था। मेरी पढ़ाई में ग्रीक भाषा और प्राचीन यूनानियों का दर्शन, विशेष रूप से प्लेटो और अरस्तू के अनुयायी शामिल थे।
मुझे अपने उस युवावस्था के जीवन का एक अंश याद आया, जब मैंने फ़िलिस्तीन के दक्षिणी रेगिस्तानों और गुफाओं तथा उत्तरी मिस्र में स्थित गुप्त रेगिस्तानी समुदायों में यात्रा करके अपनी शास्त्रीय शिक्षा को और अधिक समृद्ध करने का प्रयास किया था। प्रत्येक समुदाय एक प्रकार का शिक्षण केंद्र था, जो आमतौर पर रहस्यमय और गूढ़ ज्ञान का केंद्र होता था। इनमें से कुछ संभवतः एस्सेन गाँव थे।
मैंने बहुत ही सादगी से यात्रा की, अपने साथ केवल थोड़ा सा भोजन और कुछ कपड़े ही लिए थे। रास्ते में मुझे लगभग हर आवश्यक वस्तु

अध्याय 20

हे युवक, जो यह समझते हो कि देवताओं ने तुम्हें उपेक्षित कर दिया है, जान लो कि यदि तुम बुरे बनोगे तो बुरे लोगों के पास जाओगे, और यदि अच्छे बनोगे तो अच्छे लोगों के पास जाओगे, और जीवन-मृत्यु के प्रत्येक चक्र में तुम वही करोगे और वही भोगोगे जो तुम्हारे जैसे लोग अपने जैसे लोगों के हाथों भोगने के योग्य हैं। यही स्वर्ग का न्याय है।
प्लेटो
कभी-कभी जीवन की सबसे महत्वपूर्ण घटनाएँ आपके सामने अचानक घटित हो जाती हैं, जैसे कोई जंगली बिल्ली चुपचाप आपके पास आती है। इतनी बड़ी घटना को आप कैसे नहीं देख पाए? यह छलावरण मनोवैज्ञानिक होता है।
अस्वीकृति, यानी अपनी आँखों के सामने मौजूद सच्चाई को न देखना, क्योंकि आप सचमुच उसे देखना नहीं चाहते, सबसे बड़ा छलावा है। थकान, ध्यान भटकना, तर्क देना, मानसिक पलायन और मन की अन्य सभी उलझनें इसमें बाधा डालती हैं। सौभाग्य से, नियति की दृढ़ता इन छलावरणों को भेदकर वह सब कुछ स्पष्ट कर देती है जो आपको देखना आवश्यक है, पृष्ठभूमि से अग्रभूमि उभर आती है, ठीक वैसे ही जैसे किसी जादुई तस्वीर को देखने में महारत हासिल करना।
पिछले पंद्रह वर्षों में, मैंने अक्सर ऐसे जोड़ों या परिवारों का इलाज किया है जिन्होंने अपने पिछले जन्मों में एक-दूसरे को पाया है। कभी-कभी मैंने ऐसे जोड़ों का भी प्रतिगमन किया है जिन्होंने एक साथ और पहली बार खुद को एक ही पिछले जन्म में बातचीत करते हुए पाया है। ये खुलासे अक्सर जोड़े के लिए चौंकाने वाले होते हैं। उन्होंने पहले कभी ऐसा अनुभव नहीं किया

होता। मेरे मनोचिकित्सा कार्यालय में जब दृश्य सामने आते हैं तो वे चुप रहते हैं। आरामदेह, सम्मोहन अवस्था से बाहर आने के बाद ही उन्हें पहली बार पता चलता है कि वे एक ही दृश्य देख रहे थे, एक ही भावनाएँ महसूस कर रहे थे। तभी मुझे भी उनके पिछले जन्मों के संबंधों का पता चलता है।
लेकिन एलिजाबेथ और पेड्रो के मामले में सब कुछ उल्टा था। मेरे दफ्तर में उनकी जिंदगी और उनका पूरा जीवन स्वतंत्र रूप से और बिल्कुल अलग-अलग चल रहा था। वे एक-दूसरे को नहीं जानते थे। वे कभी मिले भी नहीं थे। वे अलग-अलग देशों और संस्कृतियों से थे। वे अलग-अलग दिनों में दफ्तर आते थे। उन्हें अलग-अलग देखकर और उनके बीच किसी भी तरह के संबंध का जरा भी अंदाजा न होने के कारण, मैं उन्हें जोड़ नहीं पाया। उन्होंने एक-दूसरे से प्यार किया था और अलग-अलग जन्मों में एक-दूसरे को खो दिया था।
मैंने इसे पहले क्यों नहीं देखा? क्या यह मेरी नियति थी? क्या मुझे कोई ब्रह्मांडीय मध्यस्थ बनना था? क्या मैं विचलित थी, थकी हुई थी, या सच्चाई को स्वीकार नहीं कर पा रही थी? क्या मैं "संयोगों" को तर्क देकर नकार रही थी? या मैं बिल्कुल सही समय पर थी, जैसे ही सूर्योदय हुआ, वैसे ही यह विचार मेरे मन में आया, जैसा कि पहले से तय था।
एक शाम मुझे यह ख्याल आया। "एली?" मैंने यह बात एलिजाबेथ से कुछ हफ़्ते पहले अपने ऑफिस में सुनी थी।
उस दिन सुबह, पेड्रो को अपना नाम याद नहीं आ रहा था। सम्मोहन की अवस्था में, वह एक प्राचीन जीवन में पहुँच गया था, एक ऐसा जीवन जिसे उसने पहले कार्यालय में याद किया था। उस जीवन में, चमड़े के वस्त्र पहने सैनिकों द्वारा घसीटे जाने के बाद उसकी मृत्यु हो गई थी। उसका जीवन उसकी प्यारी बेटी की गोद में पड़ा हुआ था,

और उसकी बेटी निराशा से लयबद्ध ढंग से झूल रही थी, तभी उसकी मृत्यु हो गई।
शायद उस समय से और भी बहुत कुछ सीखने को मिला था। एक बार फिर, उसे उसकी बाहों में मरना और जीवन का अंत याद आ गया। मैंने उससे कहा कि वह उसे ध्यान से देखे, उसकी आँखों में गहराई से देखे और यह देखे कि क्या वह उसे अपने वर्तमान जीवन के किसी व्यक्ति के रूप में पहचान पाता है।
“नहीं,” उसने उदास होकर उत्तर दिया। “मैं उसे नहीं जानता।” मैंने पूछा, "क्या आपको अपना नाम पता है?" और इस तरह मैंने उनका ध्यान पूरी तरह से फिलिस्तीन में बिताए उस प्राचीन जीवन की ओर वापस मोड़ दिया।
उन्होंने इस प्रश्न पर विचार किया। अंत में उन्होंने कहा, "नहीं।"
मैं तीन से एक तक उल्टी गिनती गिनते हुए आपके माथे पर थपथपाऊँगी। बस अपने नाम को अपने मन में, अपनी चेतना में आने दें। जो भी नाम आपके मन में आए, ठीक है।
उसके दिमाग में कोई नाम नहीं आया।
मुझे अपना नाम नहीं पता। मुझे कुछ भी याद नहीं आ रहा!
लेकिन अचानक मेरे मन में एक बात आई, मानो एक खामोश विस्फोट हुआ हो, एकदम स्पष्ट और जीवंत।
मैंने जोर से कहा, "एली। क्या तुम्हारा नाम एली है?"
“तुम्हें यह कैसे पता?” उसने प्राचीन गहराई से उत्तर दिया। “यही मेरा नाम है। कुछ लोग मुझे एलीहू कहते हैं, और कुछ लोग एली कहते हैं… तुम्हें कैसे पता? क्या तुम भी वहाँ थे?”
मैंने सच-सच जवाब दिया, "मुझे नहीं पता। यह विचार अचानक मेरे मन में आया।"

मैं इस पूरी स्थिति को देखकर बहुत हैरान थी। मुझे कैसे पता चला? मुझे पहले भी कुछ मानसिक या अंतर्ज्ञानी संकेत मिले हैं, लेकिन अक्सर नहीं। यह ऐसा लग रहा था जैसे मुझे कुछ याद आ रहा हो, न कि कोई मानसिक संदेश मिल रहा हो। कब की बात याद आ रही थी? मुझे याद नहीं आ रहा था। मैंने बहुत कोशिश की, पर याद नहीं आया।
मुझे अपने अनुभव से पता था कि मुझे याद करने की कोशिश करना बंद कर देना चाहिए। इसे जाने दो, अपने दिन के काम में लग जाओ, जवाब शायद थोड़ी देर में अपने आप मिल जाएगा।
किसी विचित्र पहेली का एक महत्वपूर्ण टुकड़ा गायब था। मैं उसकी अनुपस्थिति को महसूस कर सकता था, जो किसी महत्वपूर्ण कड़ी की ओर इशारा कर रही थी जिसे अभी खोजना बाकी था। लेकिन किससे? मैंने अन्य चीजों पर ध्यान केंद्रित करने की कोशिश की, हालांकि बहुत सफल नहीं रहा।
उसी शाम, पहेली का वह टुकड़ा अचानक और बहुत धीरे से मेरे दिमाग में आ गया। एकदम से, मुझे इसका एहसास हो गया।
यह एलिजाबेथ थी। लगभग दो महीने पहले, उसने प्राचीन फिलिस्तीन में एक कुम्हार की बेटी के रूप में अपने दुखद लेकिन मार्मिक जीवन की कहानी सुनाई थी। उसके पिता को रोमन सैनिकों ने घोड़े की पीठ से घसीटते हुए "दुर्घटना" में मार डाला था। सैनिकों को इस बात की कोई परवाह नहीं थी कि उनके साथ क्या हुआ। धूल भरी सड़क पर दम घुटते हुए, खून से लथपथ उनके क्षत-विक्षत शरीर और खून से लथपथ एड़ी को उनकी बेटी ने अपनी गोद में लिया हुआ था।
उस जन्म में उसे उसका नाम याद था। उसका नाम एली था।
अब मेरा दिमाग तेज़ी से काम कर रहा था। दोनों फ़िलिस्तीनी लोगों के जीवन के विवरण आपस में मेल खा रहे थे। पेड्रो और

जिन्हें पेड्रो ने मंगोलिया बताया था, वह वापस लौटा था और उसने पाया कि उसका परिवार, उसके रिश्तेदार, उसके लोग नष्ट हो चुके हैं।
पेड्रो और मैंने मान लिया था कि उसकी युवा पत्नी उस अराजकता, विनाश और निराशा के बीच मारी गई होगी जिसका वर्णन उसने अपने वृत्तांत में किया था। लेकिन ऐसा नहीं था। उसे बंदी बना लिया गया था और जीवन भर के लिए कहीं दूर ले जाया गया था, ताकि वह फिर कभी अपने मंगोल पति की मजबूत बाहों में न समा सके।
अब वो बाहें समय के खतरनाक कोहरे को पार करके लौट आई थीं, उसे फिर से थामने के लिए, उसे प्यार से अपने सीने से लगाने के लिए। लेकिन उन्हें पता नहीं था। सिर्फ मुझे पता था।
पिता और पुत्री। बचपन के प्रेमी। पति-पत्नी। इतिहास में कितनी बार उन्होंने अपना जीवन और अपना प्यार साझा किया होगा?
वे फिर से एक साथ थे, पर उन्हें इसका एहसास नहीं था। दोनों अकेले थे, दोनों अपने-अपने तरीके से पीड़ा झेल रहे थे। दोनों भूखे थे, और फिर भी उनके सामने एक दावत परोसी गई थी, एक ऐसी दावत जिसकी खुशबू और स्वाद वे अभी तक नहीं चख सकते थे।
मैं मनोचिकित्सा के “नियमों” से बुरी तरह बंधा हुआ था, भले ही कर्म के सूक्ष्म नियमों से नहीं। सबसे सख्त नियम निजता या गोपनीयता का है। अगर मनोचिकित्सा एक धर्म होता, तो किसी मरीज की गोपनीयता भंग करना उसके सबसे बड़े पापों में से एक होता। कम से कम यह उल्लंघन चिकित्सा लापरवाही की श्रेणी में तो आता ही। मैं पेड्रो को एलिजाबेथ के बारे में नहीं बता सकता था, न ही एलिजाबेथ को पेड्रो के बारे में। किसी दूसरे की स्वतंत्र इच्छा में हस्तक्षेप करने के कर्म या आध्यात्मिक परिणाम चाहे जो भी

हों, मनोचिकित्सा के मुख्य नियम का उल्लंघन करने के परिणाम बिल्कुल स्पष्ट थे।
आध्यात्मिक परिणाम मुझे विचलित नहीं करते। मैं उन्हें अपनाकर भाग्य को अपना मार्ग चुनने देता। लेकिन मानसिक परिणामों ने मुझे पूरी तरह से स्तब्ध कर दिया।
अगर मैं गलत साबित हुई तो क्या होगा? अगर उनके बीच रिश्ता शुरू हुआ, बिगड़ा और बुरी तरह खत्म हुआ तो क्या होगा? गुस्सा और कड़वाहट हो सकती है। एक भरोसेमंद थेरेपिस्ट के तौर पर मेरे प्रति उनकी भावनाओं पर इसका क्या असर पड़ेगा? क्या उनकी सेहत में सुधार रुक जाएगा? क्या उनकी सारी अच्छी थेरेपी बेकार हो जाएगी? जोखिम तो निश्चित थे।
मुझे अपने अवचेतन इरादों की भी जांच करनी पड़ी। क्या अपने मरीजों को खुशहाल और स्वस्थ देखना, उनके जीवन में शांति और प्रेम पाना, ये सब मेरी वर्तमान निर्णय प्रक्रिया को प्रभावित कर रहा था? क्या मेरी अपनी ज़रूरतें मुझे मनोचिकित्सा संबंधी नैतिकता की सीमा पार करने के लिए प्रेरित कर रही थीं?
सबसे आसान विकल्प यही होगा कि चुप रहें, कुछ न कहें। कोई नुकसान नहीं हुआ, कोई परिणाम नहीं। जब संदेह हो, तो नुकसान न करें। 'मेनी लाइव्स, मेनी मास्टर्स' लिखने का फैसला भी कुछ ऐसा ही था और बहुत कठिन था। अपनी पहली किताब लिखने से मेरा पूरा पेशेवर करियर खतरे में पड़ गया था। चार साल की दुविधा के बाद, मैंने इसे लिखने का फैसला किया।
एक बार फिर, मैंने जोखिम उठाने का फैसला किया। मैं हस्तक्षेप करूंगा। मैं भाग्य को थोड़ा आगे बढ़ाने की कोशिश करूंगा। अपनी शिक्षा और अपने डर के चलते, मैं इसे यथासंभव सावधानी और सूक्ष्मता से करूंगा।

एलिजाबेथ, पेड्रो और मेरे कई अन्य रोगियों द्वारा याद किए गए विशिष्ट ऐतिहासिक युगों के दृश्य और विवरण एक दूसरे से बहुत मिलते-जुलते हैं। ये छवियां जरूरी नहीं कि वैसी ही हों जैसी हमने संडे स्कूल में, इतिहास की किताबों से या टेलीविजन पर देखी थीं।
ये दोनों घटनाएं इसलिए समान हैं क्योंकि ये वास्तविक यादों से जुड़ी हैं। पूर्व मिस कोलंबिया और 1994 की मिस यूनिवर्स प्रतियोगिता की प्रथम उपविजेता कैरोलिना गोमेज़ ने एक रिग्रेशन सेशन में खुद को एक नग्न व्यक्ति के रूप में याद किया, जिसे रोमन घोड़ों द्वारा घसीटकर मौत के घाट उतारा जा रहा था। यह मृत्यु पेड्रो द्वारा याद की गई मृत्यु के समान है। कुछ अन्य रोगियों ने भी घोड़ों द्वारा खींची जाने वाली मौतों को याद किया है, न केवल रोमन काल में बल्कि दुर्भाग्य से, कई अन्य संस्कृतियों में भी।
कोलोराडो की मेरी एक मरीज़ को याद था कि उसे उसके मूल अमेरिकी कबीले से अगवा कर लिया गया था और उसने फिर कभी अपने परिवार को नहीं देखा। वह आखिरकार भाग निकली, लेकिन उसकी मौत पुराने पश्चिमी इलाके के एक मानसिक अस्पताल जैसी जगह पर हुई। यह घटना एशिया में एलिजाबेथ के अनुभव से कितनी मिलती-जुलती है!
पूर्व जन्म के अनुभवों में अलगाव और हानि का विषय आम है। हम सभी अपने मानसिक घावों को भरने की कोशिश कर रहे हैं। ठीक होने की यह ज़रूरत हमें उन पुराने आघातों को याद करने के लिए प्रेरित करती है, जिन्होंने हमारे दर्द और लक्षणों को जन्म दिया है, बजाय इसके कि हम शांत और सुखद समय को याद करें, जिसने कोई निशान नहीं छोड़े हैं।

आवश्यकता उनके वर्तमान संबंध की वास्तविकता में निहित नहीं थी। इस प्रवृत्ति की जड़ें औपनिवेशिक काल में थीं।
भूतपूर्व जन्म प्रतिगमन करने वाले अन्य चिकित्सक भी समान परिणाम पा रहे हैं। शांतिपूर्ण स्मृतियों की तुलना में आघात अधिक बार सामने आते हैं। मृत्यु के दृश्य महत्वपूर्ण हैं क्योंकि वे अक्सर आघातपूर्ण होते हैं। जीवनकाल परिचित प्रतीत होते हैं और महत्वपूर्ण दृश्य समान लगते हैं क्योंकि समान विषय और मनुष्य के समान आविष्कार सभी संस्कृतियों में हर समय सामने आए हैं।
“जो कुछ हो चुका है, वही फिर होगा; और जो कुछ हो चुका है, वही फिर होगा; और सूर्य के नीचे कोई नई बात नहीं है” (उपदेशक 1:9)।

अध्याय 21

पुनर्जन्म के सिद्धांत में विश्वास रखते हुए, मैं इस आशा में जीता हूँ कि यदि इस जन्म में नहीं तो किसी अन्य जन्म में मैं समस्त मानवता को मैत्रीपूर्ण आलिंगन में गले लगा सकूँगा। Mohandas K. Gandhi
मैं समय से जूझ रहा था, और समय ने मुझे जकड़ रखा था। पेड्रो का इलाज पूरा होने वाला था और वह हमेशा के लिए मेक्सिको जाने वाला था। अगर पेड्रो और एलिजाबेथ जल्द ही नहीं मिले, तो वे अलग-अलग देशों में होंगे, और इस जीवन में उनके मिलने की संभावना बहुत कम हो जाएगी। दोनों के शोक की प्रतिक्रियाएँ कम हो रही थीं। नींद की गुणवत्ता, ऊर्जा स्तर और भूख जैसे शारीरिक लक्षण दोनों रोगियों में बेहतर हो रहे थे।
उनका अकेलापन और एक अच्छा और प्यार भरा रिश्ता पाने की उनकी निराशा बरकरार रही।
पेड्रो द्वारा थेरेपी बंद करने की आशंका को देखते हुए, मैंने उसकी मुलाकातों की आवृत्ति घटाकर हर दूसरे सप्ताह कर दी थी।
मेरे पास ज्यादा समय नहीं बचा था।
मैंने उनकी अगली मुलाकातों का क्रम निर्धारित किया, ताकि उस दिन घंटेवार कार्यक्रम के अनुसार पेड्रो एलिजाबेथ के बाद आए। मेरे कार्यालय में आने या जाने वाले हर व्यक्ति को प्रतीक्षालय से होकर गुजरना पड़ता है।
एलिजाबेथ के सेशन के दौरान, मुझे चिंता थी कि पेड्रो शायद अपनी अपॉइंटमेंट पर न आए। कभी-कभी ऐसा होता है - गाड़ियाँ खराब हो जाती हैं, आपातकालीन स्थितियाँ उत्पन्न हो जाती हैं, बीमारियाँ हो जाती हैं और अपॉइंटमेंट बदल जाती हैं।

वह प्रकट हुआ। मैं एलिज़ाबेथ के साथ प्रतीक्षालय में गई। उन्होंने एक-दूसरे को देखा, और उनकी निगाहें एक पल से ज़्यादा देर तक एक-दूसरे पर टिकी रहीं। मैं उनमें अचानक पैदा हुई दिलचस्पी को महसूस कर सकती थी, मानो सतह के नीचे छिपी संभावनाओं की दुनिया का संकेत हो। या फिर यह महज़ मेरी कोरी कल्पना थी? एलिज़ाबेथ के दिमाग ने तुरंत अपनी सामान्य क्षमता को पुनः स्थापित कर लिया और उसे बताया कि उसे यहाँ से चले जाना चाहिए, साथ ही उचित व्यवहार के बारे में चेतावनी भी दी। वह बाहर के दरवाजे की ओर मुड़ी और दफ्तर से निकल गई।
मैंने पेड्रो को सिर हिलाकर सहमति दी और हम मेरे कार्यालय में चले गए।
“बहुत ही आकर्षक महिला,” उसने बड़ी चमड़े की कुर्सी पर भारी मन से बैठते हुए टिप्पणी की।
“हां,” मैंने उत्सुकता से उत्तर दिया। “वह भी बहुत दिलचस्प इंसान हैं।”
“यह अच्छा है,” उसने उदास स्वर में कहा। उसका ध्यान भटकने लगा था। वह हमारे सत्रों को समाप्त करने और अपने जीवन के अगले चरण की ओर बढ़ने के काम में जुट गया। उसने एलिजाबेथ के साथ हुई संक्षिप्त मुलाकात को अपने दिमाग से निकाल दिया था।
पेड्रो और एलिजाबेथ दोनों ने ही प्रतीक्षा कक्ष में हुई उस मुलाकात के बाद कोई प्रतिक्रिया नहीं दी। न ही किसी ने दूसरे के बारे में और जानकारी मांगी। मेरा छल बहुत ही सूक्ष्म और क्षणिक था।
मैंने दो हफ्ते बाद फिर से लगातार अपॉइंटमेंट लेने का फैसला किया। अगर मैं सीधे तौर पर उनसे बात करके गोपनीयता भंग नहीं

करता, तो यही मेरा आखिरी मौका होता। पेड्रो के जाने से पहले यह उसका आखिरी अपॉइंटमेंट था।
जब मैं उसे प्रतीक्षालय तक ले जा रहा था, तब उन्होंने एक बार फिर एक-दूसरे को देखा। इस बार उनकी निगाहें मिलीं और एक-दूसरे में पहले से कहीं अधिक देर तक ठहर गईं। पेड्रो ने सिर हिलाया और मुस्कुराया। एलिज़ाबेथ ने भी मुस्कुराकर जवाब दिया। वह एक पल के लिए झिझकी, फिर दरवाजे की ओर मुड़ी और चली गई।
खुद पर भरोसा रखो! मैंने मन ही मन एलिजाबेथ को एक महत्वपूर्ण सबक याद दिलाने की कोशिश की। उसने कोई जवाब नहीं दिया।
फिर भी, पेड्रो ने कोई जवाब नहीं दिया। उसने मुझसे एलिजाबेथ के बारे में नहीं पूछा। वह मैक्सिको में अपने स्थानांतरण की तैयारियों में मग्न था, और उसने उसी दिन अपनी थेरेपी समाप्त कर दी।
शायद ऐसा नहीं होना था, मैंने सोचा। दोनों की हालत में सुधार हुआ था, हालांकि वे खुश नहीं थे। शायद इतना ही काफी था।

ज़रूरी नहीं कि आप हमेशा अपने सबसे गहरे भावनात्मक साथी से ही विवाह करें। आपके लिए एक से अधिक साथी हो सकते हैं, क्योंकि आत्माओं के परिवार एक साथ यात्रा करते हैं। आप किसी ऐसे साथी से विवाह करना चुन सकते हैं जिसका आपके साथ उतना गहरा जुड़ाव न हो, जो आपको कुछ खास सिखा सके या आपसे कुछ सीख सके। आपको अपने भावनात्मक साथी का एहसास जीवन में बाद में भी हो सकता है, जब आप दोनों अपने-अपने परिवारों के प्रति समर्पित हो चुके हों। या आपका सबसे गहरा भावनात्मक संबंध आपके माता-पिता, आपके बच्चे या आपके भाई-बहन से हो सकता है। या आपका सबसे गहरा संबंध किसी ऐसे भावनात्मक साथी से हो सकता है जिसने आपके जीवनकाल में जन्म

नहीं लिया है और जो किसी संरक्षक देवदूत की तरह दूसरी दुनिया से आप पर नज़र रख रहा है।
कभी-कभी आपका आत्मीय साथी तैयार और उपलब्ध होता है। वह आप दोनों के बीच के जुनून और आकर्षण को पहचान सकता है, उन अंतरंग और सूक्ष्म बंधनों को जो कई जन्मों के जुड़ाव का संकेत देते हैं। फिर भी वह आपके लिए हानिकारक हो सकता है। यह आत्मा के विकास का मामला है।
यदि एक आत्मा दूसरी आत्मा की तुलना में कम विकसित और अधिक अज्ञानी हो, तो रिश्ते में हिंसा, लोभ, ईर्ष्या, घृणा और भय जैसे लक्षण आ सकते हैं। ये प्रवृत्तियाँ अधिक विकसित आत्मा के लिए हानिकारक होती हैं, भले ही वह आत्मीय साथी ही क्यों न हो। अक्सर मन में ये विचार आते हैं, "मैं उसे बदल सकता हूँ; मैं उसे विकसित होने में मदद कर सकता हूँ।" यदि वह आपकी मदद स्वीकार नहीं करता, यदि वह अपनी इच्छा से सीखना या विकसित होना नहीं चुनता, तो रिश्ता टूट जाएगा। शायद अगले जन्म में एक और मौका मिले, जब तक कि वह इस जन्म में जागृत न हो जाए। देर से जागृति भी होती है। कभी-कभी आत्मिक साथी जन्म लेते समय विवाह न करने का निर्णय लेते हैं। वे मिलने, तय किए गए कार्य के पूरा होने तक साथ रहने और फिर आगे बढ़ने की योजना बनाते हैं। उनके लक्ष्य, इस जीवन के लिए उनकी योजनाएँ अलग-अलग होती हैं, और वे इस पूरे जीवन को एक साथ बिताना नहीं चाहते या उन्हें इसकी आवश्यकता नहीं होती। यह कोई त्रासदी नहीं है, बल्कि सीखने का एक अवसर है। आपका जीवन अनंत काल तक साथ रहेगा, लेकिन कभी-कभी आपको अलग-अलग सबक सीखने की आवश्यकता हो सकती है।
एक ऐसा आत्मीय साथी जो उपलब्ध तो है लेकिन जागृत नहीं है, एक दुखद स्थिति है और इससे आपको गहरा दुख हो सकता है। जागृत न होने

अध्याय 22

हे पाठक, यदि तुम्हें मुझमें आनंद मिले तो मुझे पढ़ो, क्योंकि मैं इस दुनिया में बहुत कम ही वापस आऊंगा।
लियोनार्डो दा विंची
सौभाग्य से, मुझसे कहीं अधिक रचनात्मक दिमाग वाले लोग ऊँचे स्थानों से कुशलतापूर्वक साजिश रच रहे थे ताकि एलिजाबेथ और पेड्रो की मुलाकात हो सके। यह पुनर्मिलन पूर्वनियोजित था। इसके बाद क्या होगा, यह उन्हीं पर निर्भर था।
पेड्रो व्यापार के सिलसिले में न्यूयॉर्क जा रहा था। वहाँ कुछ दिन बिताने के बाद वह दो सप्ताह के लिए व्यापार और छुट्टी के लिए लंदन रवाना होने वाला था, जिसके बाद वह मैक्सिको लौट आएगा। एलिजाबेथ एक व्यावसायिक बैठक के लिए बोस्टन जा रही थी और फिर अपनी कॉलेज की रूममेट से मिलने वाली थी। वे दोनों एक ही एयरलाइन से यात्रा कर रही थीं, लेकिन अलग-अलग समय पर।
जब एलिजाबेथ हवाई अड्डे के गेट पर पहुंची, तो उसे पता चला कि बोस्टन जाने वाली उसकी फ्लाइट रद्द हो गई है। उसे बताया गया कि तकनीकी खराबी के कारण ऐसा हुआ है। किस्मत का खेल देखिए।
वह परेशान थी। उसे अपनी सहेली को फोन करके योजना बदलनी पड़ेगी। एयरलाइन उसे नेवार्क तक पहुँचा सकती थी, और वह अगली सुबह बहुत जल्दी बोस्टन के लिए शटल पकड़ सकती थी। सुबह उसकी एक महत्वपूर्ण व्यावसायिक बैठक थी जिसे वह छोड़ नहीं सकती थी। उसे पता नहीं था कि इन नए इंतज़ामों की वजह से उसकी और पेड्रो की फ्लाइट एक ही थी। जब वह गेट पर पहुँची, तो पेड्रो पहले से ही वहाँ फ्लाइट के अनाउंसमेंट का इंतज़ार कर रहा था। उसने उसे तिरछी नज़रों से देखा और काउंटर पर चेक-इन करते हुए और फिर

वेटिंग लाउंज में बैठते हुए ध्यान से देखा। उसका सारा ध्यान उसी पर था। उसने उसे मेरे वेटिंग रूम में हुई उनकी संक्षिप्त मुलाकातों से पहचान लिया था।
एक अपरिचित और दिलचस्प एहसास ने उसे घेर लिया। जैसे ही उसने किताब खोली, उसकी निगाहें उस पर टिक गईं। उसने उसके बालों, हाथों, बैठने और चलने के तरीके को गौर से देखा, और वह उसे बहुत जानी-पहचानी सी लगी। उसने उसे प्रतीक्षालय में कुछ पल के लिए देखा था, लेकिन फिर भी इतनी अपरिचितता क्यों? वे दफ्तर में मिलने से पहले ज़रूर मिले होंगे। वह उस छिपी हुई याद को याद करने के लिए अपना दिमाग खपा रहा था।
उसे ऐसा महसूस हुआ जैसे कोई उसे देख रहा हो, लेकिन ऐसा अक्सर होता था। उसने पढ़ने पर ध्यान केंद्रित करने की कोशिश की। जल्दबाजी में बदले गए सभी प्लानों के बाद ध्यान केंद्रित करना मुश्किल था, लेकिन ध्यान के अभ्यास से मदद मिली थी। वह अपने मन को शांत कर पाई और अपनी किताब पर ध्यान लगा पाई।
ऐसा लग रहा था मानो कोई उसे देख रहा हो। उसने ऊपर देखा तो पाया कि वह उसे घूर रहा है। उसने भौंहें चढ़ाईं, फिर मुस्कुराई जब उसने प्रतीक्षा कक्ष में हुई उनकी संक्षिप्त मुलाकातों से उसे पहचान लिया। सहज रूप से उसे पता था कि यह आदमी सुरक्षित है। लेकिन उसे यह कैसे पता चलता?
उसने एक पल के लिए उसे देखा और फिर अपनी किताब पर नज़र डाली, अब वह पन्नों पर ध्यान केंद्रित नहीं कर पा रही थी। उसका दिल तेज़ी से धड़कने लगा और साँसें भी तेज़ हो गईं। उसे पूरा यकीन था कि वह उसकी ओर खिंचा चला जा रहा है, और बहुत जल्द वह उसके पास आ जाएगा। उसे महसूस हुआ कि वह पास आ रहा है। उसने अपना परिचय दिया और वे बातें करने लगे। आकर्षण दोनों तरफ से था, तुरंत और बहुत तीव्र।

एलिजाबेथ को ऐसा महसूस हो रहा था मानो धारा के कारण कई जन्मों का पुनर्जन्म हो रहा हो।
संपर्क स्थापित हो चुका था।

* * *

महत्वपूर्ण निर्णय लेते समय, विशेषकर जब आप नियति के उपहार, जैसे कि जीवनसाथी, के बारे में निर्णय ले रहे हों, तो अपने दिल की सुनें, अपनी अंतरात्मा की आवाज सुनें। नियति अपना उपहार सीधे आपके चरणों में रख देगी, लेकिन उसके बाद आप उस उपहार के साथ क्या करते हैं, यह आप पर निर्भर करता है। यदि आप पूरी तरह से दूसरों की सलाह पर निर्भर रहेंगे, तो आप भयानक गलतियाँ कर सकते हैं। आपका दिल जानता है कि आपको क्या चाहिए। दूसरों के अपने- अपने उद्देश्य होते हैं।
मेरे पिता, जिनका इरादा तो अच्छा था लेकिन अपने ही डर के कारण कुछ हद तक अंधे हो गए थे, ने कैरोल से मेरी शादी की योजना का विरोध किया। अब जब मैं पीछे मुड़कर देखता हूँ, तो कैरोल नियति का एक अद्भुत उपहार थी, सदियों से एक आत्मीय साथी, जो एक खूबसूरत गुलाब की तरह अपने मौसम में खिल उठी थी।
हमारी समस्या हमारी जवानी थी। हम तब मिले जब मैं मात्र अठारह वर्ष का था, कोलंबिया विश्वविद्यालय में अपना पहला वर्ष पूरा कर चुका था। कैरोल सत्रह वर्ष की थी और कॉलेज में दाखिला लेने वाली थी। कुछ ही महीनों में हम जान गए कि हम हमेशा साथ रहना चाहते हैं। परिवार की चेतावनियों के बावजूद कि हम बहुत छोटे हैं, कि मेरे पास इतना अनुभव नहीं है कि मैं जीवन का इतना महत्वपूर्ण निर्णय ले सकूँ, मुझे किसी और से मिलने की कोई इच्छा नहीं थी। वे यह नहीं समझ पाए कि मेरे हृदय में अनगिनत सदियों का

अनुभव समाया हुआ था, कि यह किसी भी तर्कसंगत समझ से परे निश्चित था। यह अकल्पनीय था कि हम साथ नहीं होंगे।
मेरे पिता का इरादा स्पष्ट हो गया। अगर कैरोल और मेरी शादी हो जाती और हमारा बच्चा होता, तो मुझे पढ़ाई छोड़नी पड़ सकती थी, और डॉक्टर बनने की मेरी उम्मीदें चकनाचूर हो जातीं। दरअसल, मेरे पिता के साथ भी ऐसा ही हुआ था। द्वितीय विश्व युद्ध के दौरान वे ब्रुकलिन कॉलेज में प्री-मेडिकल के छात्र थे, लेकिन मेरे जन्म के कारण उन्हें सैन्य सेवा छोड़ने के बाद काम करना पड़ा। वे कभी मेडिकल स्कूल नहीं लौटे, और डॉक्टर बनने का उनका सपना कभी पूरा नहीं हुआ। ये सपने एक कड़वी अधूरी संभावना बनकर रह गए, जो उनके आसपास मंडराती रही और धीरे-धीरे उनके बेटों से जुड़ती चली गई। प्रेम भय को मिटा देता है। हमारे प्रेम ने धीरे-धीरे उसके भय और उसके द्वारा हम पर थोपे गए भय को दूर कर दिया। अंततः, मेडिकल स्कूल के मेरे पहले वर्ष के बाद, जब कैरोल ने कॉलेज से स्नातक की उपाधि प्राप्त की, तब हमारी शादी हो गई। मेरे पिता कैरोल को अपनी बेटी की तरह प्यार करने लगे और उन्होंने हमारे विवाह को आशीर्वाद दिया।
जब आपकी अंतरात्मा, आपका अंतर्ज्ञान, आपका आध्यात्मिक हृदय निःसंदेह सब कुछ जानता हो, तो दूसरों के भय-आधारित तर्कों से विचलित न हों। कभी-कभी उनका इरादा अच्छा होता है, और कभी-कभी नहीं, वे आपको आपकी खुशी से बहुत दूर ले जा सकते हैं।

अध्याय 23

एक बार जन्म लेने की तुलना में दो बार जन्म लेना उतना आश्चर्यजनक नहीं है; प्रकृति में सब कुछ पुनर्जन्म ही है। वॉल्टेयर
एलिज़ाबेथ ने मुझे बोस्टन से फोन किया। उसने अपनी छुट्टियाँ बढ़ा ली थीं। पेड्रो लंदन में अपना कारोबार खत्म होते ही तुरंत लौट आया था। वह भी एलिज़ाबेथ के साथ रहने के लिए बोस्टन में था। दोनों को एक-दूसरे से प्यार होने लगा था।
उन्होंने अपने पिछले जन्मों के अनुभवों की तुलना करना शुरू कर दिया था, जो उन्हें स्पष्ट रूप से याद थे। वे एक दूसरे को फिर से खोज रहे थे।
“वह वाकई खास है,” उसने टिप्पणी की।
मैंने उसे याद दिलाया, "तुम भी वैसी ही हो।"
एलिज़ाबेथ और पेड्रो के साथ अपने अनुभवों के बाद, मेरी साधना ने एक अविश्वसनीय रूप से सुंदर छलांग लगाई है और रहस्यमय एवं जादुई क्षेत्र में प्रवेश किया है। जब मैं बड़े कार्यशालाओं का आयोजन करता हूँ जिनमें प्रत्येक प्रतिभागी को गहन विश्राम और सम्मोहन की अवस्थाओं का अनुभव करने का अवसर मिलता है, तो जादुई घटनाओं की आवृत्ति में नाटकीय रूप से वृद्धि होती है।
अनुभवों का दायरा पूर्व जन्मों और पुनर्जन्म से कहीं अधिक विस्तृत है। सुंदर आध्यात्मिक और रहस्यमय घटनाएँ अक्सर घटित होती हैं, जिनमें जीवन को बदलने की शक्ति होती है। मुझे इन घटनाओं को आयोजित करने में सहायता करने का सौभाग्य प्राप्त हुआ है। यहाँ दो सप्ताह की अवधि में घटी घटनाओं का वर्णन है।

एक स्थानीय समाचार पत्र की रिपोर्टर ने बोस्टन में आयोजित सप्ताहांत सेमिनारों और कार्यशालाओं की एक श्रृंखला में भाग लिया। उन्होंने निम्नलिखित लिखा।

वेइस की भूतपूर्व-जीवन प्रतिगमन कार्यशालाओं में भाग लेने वाले कई लोगों ने गहन अनुभव साझा किए।
भावनात्मक और आध्यात्मिक अनुभव। एक अभ्यास विशेष रूप से नाटकीय था।
वेइस ने बत्तियाँ धीमी करवा दीं और कमरे में मौजूद सभी लोगों से कुछ ढूंढने को कहा।
एक साथी। उसने जोड़ियों को कुछ देर तक एक-दूसरे के चेहरे की ओर देखने का निर्देश दिया।
कुछ मिनटों तक उन्होंने अपनी आवाज से ध्यान का मार्गदर्शन किया।
अभ्यास समाप्त होने पर, दो महिलाएं जो पहले कभी नहीं मिली थीं, ने यह बात साझा की कि
वे दोनों खुद को एक-दूसरे की बहन मानती थीं।
एक महिला ने बताया कि उसे अपने साथी के चेहरे पर बार-बार एक नन दिखाई देती थी। जब वह
जब महिला ने अपने साथी को यह बताया, तो उसने जवाब दिया कि पिछले दिन के सत्र में उसने
उसे अपने पिछले जन्म की एक स्मृति थी जिसमें वह एक नन थी।
सबसे आश्चर्यजनक बात यह थी कि एक स्थानीय महिला ने अपने साथी के चेहरे में अपनी पहचान देखी।
द्वितीय विश्व युद्ध में मारे गए उनके साढ़े उन्नीस वर्षीय भाई।

उसकी साथी विस्कॉन्सिन की एक युवा महिला थी जिसने बताया कि उसके पास
उसे एक दिन पहले के जन्म की भी एक स्मृति थी; उन्नीस साल का होने की स्मृति।
सेना के बूट और वर्दी पहने एक छह महीने के लड़के की उस युद्ध में मौत हो गई जो होना ही था।
वियतनाम से पहले। स्थानीय महिला को जो उपचार मिला वह था
कमरे में स्पष्ट रूप से महसूस किया जा सकता था।
“प्रेम क्रोध को शांत करता है,” वेइस ने कहा। “यही आध्यात्मिक पहलू है।”
इससे कोई फर्क नहीं पड़ता। प्रोजैक से भी कोई फर्क नहीं पड़ता।"

और प्रेम दुःख को दूर करता है।

प्रतिभाशाली मनोचिकित्सक, कोशिकीय जीवविज्ञानी और लेखिका डॉ. जोन बोरिसेन्को मेरे बगल में खड़ी थीं और बोस्टन सम्मेलन में दिए गए मेरे मुख्य भाषण, "पूर्व-जीवन चिकित्सा के आध्यात्मिक निहितार्थ" पर प्रतिक्रिया दे रही थीं।
दस साल पुरानी कहानी सुनाते हुए उनकी नीली आँखें चमक उठीं। उस समय वे हार्वर्ड मेडिकल स्कूल में एक अत्यंत सम्मानित शोधकर्ता थीं। बोस्टन के एक होटल में पोषण पर एक सम्मेलन के दौरान, जिसमें जोन भी वक्ताओं में से एक थीं, उनकी मुलाकात संयोगवश अपने बॉस से हुई, जो उसी होटल में एक चिकित्सा सम्मेलन में भाग ले रहे थे। उन्हें जोन को वहाँ देखकर आश्चर्य हुआ।

काम पर वापस आने पर, उसके बॉस ने उसे धमकी दी। अगर उसने पोषण सम्मेलन जैसे किसी तुच्छ आयोजन में हार्वर्ड विश्वविद्यालय का नाम दोबारा लिया, तो वह अब हार्वर्ड में काम नहीं कर पाएगी।
तब से समय में बहुत बड़ा बदलाव आया है, यहाँ तक कि हार्वर्ड में भी। पोषण अब न केवल शिक्षण और अनुसंधान का एक प्रमुख क्षेत्र है, बल्कि हार्वर्ड के कुछ संकाय सदस्य मेरे भूतपूर्व जीवन प्रतिगमन चिकित्सा संबंधी कार्य की पुष्टि और विस्तार कर रहे हैं।

अगले सप्ताहांत मैंने सैन जुआन, प्यूर्टो रिको में दो दिवसीय सेमिनार आयोजित किया। लगभग पाँच सौ लोगों ने इसमें भाग लिया, और एक बार फिर अद्भुत अनुभव हुआ। कई लोगों ने अपने बचपन, गर्भकाल और पूर्व जन्म की यादों का अनुभव किया। एक प्रतिभागी, जो प्यूर्टो रिको में काफी सम्मानित फोरेंसिक मनोचिकित्सक थे, ने तो इससे भी कहीं अधिक अनुभव किया।
सम्मेलन के दूसरे दिन निर्देशित ध्यान के दौरान, उनकी आंतरिक दृष्टि ने एक युवती की धुंधली आकृति देखी। वह उनके पास आई। “उन्हें बता दो कि मैं ठीक हूँ,” उसने उसे निर्देश दिया। “उन्हें बता दो कि नताशा ठीक है।”
मनोचिकित्सक ने जब अपना अनुभव पूरे समूह को सुनाया तो उन्हें बहुत अजीब लगा। आखिर, वह नताशा नाम की किसी को जानते ही नहीं थे। प्यूर्टो रिको में यह नाम बहुत कम सुनने को मिलता है। और उस रहस्यमयी लड़की द्वारा दिया गया संदेश सम्मेलन में घटी किसी भी घटना या उनके निजी जीवन से संबंधित नहीं था।
मनोचिकित्सक ने दर्शकों से पूछा, "क्या इस संदेश का यहां मौजूद किसी व्यक्ति के लिए कोई अर्थ है?"

अचानक सभागार के पीछे से एक महिला चीखी। "मेरी बेटी, मेरी बेटी!" उनकी बेटी, जिसकी छह महीने पहले ही बीस वर्ष की आयु में अचानक मृत्यु हो गई थी, का नाम एना नतालिया था। उनकी माँ, और केवल उनकी माँ ही उन्हें नताशा कहकर बुलाती थीं।
मनोचिकित्सक नताशा या उसकी माँ से कभी मिले नहीं थे और न ही उन्होंने उनके बारे में कभी सुना था। इस असाधारण अनुभव से वे भी उतने ही विचलित थे जितनी नताशा की माँ। जब दोनों ने खुद को संभाला, तो नताशा की माँ ने उन्हें अपनी बेटी की तस्वीर दिखाई। मनोचिकित्सक का चेहरा फिर पीला पड़ गया। यह वही युवती थी जिसकी धुंधली आकृति ने उनसे संपर्क किया था और उन्हें अपना चौंकाने वाला संदेश दिया था।

अगले सप्ताहांत मैंने मेक्सिको सिटी में एक सम्मेलन का नेतृत्व किया। एक बार फिर, मेरे चारों ओर अद्भुत जादू सा छा रहा था। रोंगटे खड़े कर देने वाला जाना-पहचाना एहसास आश्चर्यजनक नियमितता के साथ हो रहा था।
ध्यान के बाद, श्रोताओं में बैठी एक महिला खुशी से रोने लगी। उसे अभी-अभी अपने पिछले जन्म की एक स्मृति का अनुभव हुआ था, जिसमें उसका वर्तमान पति उसका पुत्र था। मध्ययुगीन जन्म में वह पुरुष थी और उसने, यानी पिता ने, उसे त्याग दिया था। इस वर्तमान जीवन में, उसके पति को हमेशा यह डर सताता रहा कि वह उसे छोड़ देगी। इस डर का वर्तमान जीवन में कोई तर्कसंगत आधार नहीं था। उसने कभी उसे छोड़ने की धमकी तक नहीं दी थी। वह उसे लगातार आश्वस्त करती रही, लेकिन उसकी अत्यधिक असुरक्षा ने उसके जीवन को तबाह कर दिया था और उनके रिश्ते को ज़हर बना दिया था।

अब उसे अपने पति के डर का असली कारण समझ आ गया था। उसने तुरंत फोन करके उसे जवाब दिया और आश्वासन दिया कि वह उसे फिर कभी छोड़कर नहीं जाएगी।
रिश्ते कभी-कभी अविश्वसनीय रूप से तेजी से ठीक हो सकते हैं।

सेमिनार के दूसरे दिन के अंत में, जब मैं किताबों पर हस्ताक्षर कर रहा था, तभी एक महिला धीरे-धीरे रोते हुए लाइन में से गुजरी। "बहुत-बहुत धन्यवाद!" उसने मेरा हाथ पकड़ते हुए फुसफुसाया। "आप नहीं जानते कि आपने मेरे लिए क्या किया है!"
“पिछले दस सालों से मेरी पीठ के ऊपरी हिस्से में असहनीय दर्द रहता है। मैं यहाँ, ह्यूस्टन और लॉस एंजिल्स में डॉक्टरों को दिखा चुकी हूँ। किसी ने भी मेरी मदद नहीं की और मैंने बहुत कष्ट सहा है। कल के पूर्व-जन्म अवलोकन में, मैंने खुद को एक सैनिक के रूप में देखा जिसे गर्दन के ठीक नीचे पीठ में चाकू मारा जा रहा था। ठीक उसी जगह जहाँ मुझे दर्द होता है। दस सालों में पहली बार मेरा दर्द गायब हो गया और अभी तक गायब है!” वह इतनी खुश थी कि उसकी मुस्कान और आँसू रुक ही नहीं रहे थे।
हाल ही में मैं लोगों से कह रहा था कि रिग्रेशन थेरेपी का असर दिखने में हफ़्ते या महीने लग सकते हैं, और उन्हें इस प्रक्रिया के धीमे लगने से निराश नहीं होना चाहिए। इस महिला ने मुझे याद दिलाया कि प्रगति अविश्वसनीय रूप से तेज़ भी हो सकती है।
जब वह चली गई, तो मैंने सोचा कि भविष्य में और कौन-कौन से चमत्कार देखने को मिलेंगे।

जैसे-जैसे मैं अपने मरीजों और कार्यशाला में भाग लेने वालों को उनके पिछले जन्मों की यादों को याद करते हुए देखता हूं, और जैसे-

जैसे मैं उनके जादुई और रहस्यमय अनुभवों का साक्षी बनता हूं, मुझे यह बात और भी ज्यादा याद आती है कि पुनर्जन्म की अवधारणा केवल एक सेतु है।
इस पुल पर चलने के चिकित्सीय लाभ निर्विवाद हैं। लोग बेहतर महसूस करते हैं, भले ही वे पूर्व जन्मों में विश्वास न करते हों। चिकित्सक का विश्वास भी मायने नहीं रखता। यादें जागृत होती हैं और लक्षण दूर हो जाते हैं।
लेकिन बहुत से लोग पुल के पार क्या है, यह जानने की बजाय पुल पर ही ध्यान केंद्रित कर लेते हैं। वे छोटी-छोटी बातों, नामों, ऐतिहासिक जानकारियों के बारे में जुनूनी हो जाते हैं। उनका पूरा ध्यान बीते जन्मों से जुड़ी अधिक से अधिक जानकारियों को खोजने पर केंद्रित होता है।
वे छोटी-छोटी बातों में उलझकर बड़ी तस्वीर को नज़रअंदाज़ कर रहे हैं। पुनर्जन्म ज्ञान, बुद्धि और समझ के उच्चतर मार्ग का मार्ग है। यह हमें याद दिलाता है कि हम अपने साथ क्या लेकर जाते हैं और क्या नहीं, हम यहाँ क्यों हैं और आगे बढ़ने के लिए हमें क्या हासिल करना है। यह हमें रास्ते में मिलने वाले अद्भुत मार्गदर्शन और सहायता की याद दिलाता है, और हमारे प्रियजनों की याद दिलाता है जो हमारे साथ लौटकर हमारे कदमों में साथ देते हैं और हमारे बोझ को हल्का करते हैं।

अध्याय 24

इस संसार में स्वयं को विद्यमान पाकर, मैं मानता हूँ कि मैं किसी न किसी रूप में हमेशा विद्यमान रहूँगा; और, इन सबके साथ मानव जीवन में होने वाली असुविधाओं को देखते हुए, मुझे अपने नए संस्करण पर कोई आपत्ति नहीं होगी, हालांकि मुझे उम्मीद है कि पिछले संस्करण की त्रुटियों को ठीक कर दिया जाएगा।
बेंजामिन फ्रैंकलिन
पिछले कई वर्षों में, मेरे कई मरीज़ मेरे गुरु बन गए हैं। वे निरंतर मुझे अपनी कहानियों और अनुभवों, अपने ज्ञान और आध्यात्मिक समझ का उपहार देते रहते हैं। कुछ मेरे प्रिय मित्र बन गए हैं, जो अपने जीवन के साथ-साथ अपनी प्रतिभाओं को भी साझा करते हैं।
कई साल पहले, 'मेनी लाइव्स, मेनी मास्टर्स' के प्रकाशन से पहले, लेकिन कैथरीन और उसके बाद दर्जनों प्रतिगमन रोगियों के साथ मेरे काम के बाद, एक मरीज़ मेरे पास दो संदेश लेकर आई। उसे ये संदेश सपनों में मिले थे और जागने पर उसने उन्हें लिख लिया था। ये संदेश फिलो नाम के एक व्यक्ति से आए थे, जिसे मैंने भी सपनों में देखा था और बाद में अपनी पहली किताब में उसका ज़िक्र किया था। इस मरीज़ को मेरे स्वप्न अनुभवों के बारे में पता नहीं था। एक ही नाम का यह "संयोग" दिलचस्प था।
क्या ये संदेश उसके अवचेतन मन से आए थे? किसी बाहरी स्रोत से, जैसे कि फिलो से? या फिर जीवन में पहले पढ़ी या सुनी किसी भूली हुई स्मृति से? शायद इससे कोई फर्क नहीं पड़ता। मेरी बेटी एमी के शब्दों में कहूँ तो: "वास्तविकता अस्तित्व का विषय है, और यह

उसके मन में विद्यमान थी।" फिलो से मिले मेरे संदेशों में भी मन की ही बात थी।

बीएलडब्ल्यू को। हममें से प्रत्येक का मन अन्य सभी चीजों को समझ सकता है, लेकिन
स्वयं को जानने में असमर्थ। क्योंकि इसे स्वयं को प्रकट करना चाहिए कि यह क्या है और कहाँ से आया है, चाहे यह आत्मा हो या नहीं।
या रक्त या आग या कोई अन्य पदार्थ या केवल उतनी ही मात्रा में, चाहे वह हो
भौतिक या निराकार।
हमें यह नहीं पता कि आत्मा शरीर में कब प्रवेश करती है। आपने अच्छा काम किया है।
प्राणियों को उस क्षण को पहचानने में मार्गदर्शन करने का कार्य करें। यह एक अच्छी शुरुआत है।
आपके दोस्त,
फिलो

दूसरा संदेश एक सप्ताह बाद आया और उसमें ईश्वर के स्वरूप के बारे में बताया गया था।

बीएलडब्ल्यू के लिए। हमें यह भी याद रखना चाहिए कि पारलौकिक सत्ता ही है।
एकमात्र कारण, ब्रह्मांड का पिता और निर्माता। वही सब कुछ भरता है।
केवल उनके विचारों से ही नहीं, बल्कि उनके सार से भी।

उनका सार ब्रह्मांड में समाहित नहीं है। वे इससे ऊपर और परे हैं।
हम कह सकते हैं कि ब्रह्मांड में केवल उनकी शक्तियाँ ही हैं। लेकिन जबकि वे स्वयं हैं
अपनी शक्तियों से परे, वह उन्हें अपने भीतर समाहित करता है। वे जो कुछ भी करते हैं, वह उनके माध्यम से ही करता है।
अब वे दुनिया में सक्रिय रूप से दिखाई दे रहे हैं। उनकी गतिविधियों से हमें बहुत कुछ सीखने को मिलता है।
ईश्वर के स्वरूप का सुराग।
दार्शनिक विचार

इन शब्दों का स्रोत चाहे जो भी हो, मुझे इनमें महान सत्य दिखाई देते हैं।

मैं कई प्रसिद्ध मानसिक शक्तियों वाले व्यक्तियों, माध्यमों, पुजारियों और गुरुओं से मिल चुका हूँ और उनसे बहुत कुछ सीख चुका हूँ। उनमें से कुछ अविश्वसनीय रूप से प्रतिभाशाली हैं, और कुछ नहीं।
मुझे यह बात स्पष्ट हो गई है कि मानसिक क्षमताओं और आध्यात्मिक विकास के स्तर के बीच कोई सीधा संबंध नहीं है। मुझे एडगर मिशेल के साथ हुई एक बातचीत याद है, जो एक प्रसिद्ध अंतरिक्ष यात्री और अलौकिक घटनाओं के शोधकर्ता थे। एडगर ने अपनी प्रयोगशाला में एक प्रसिद्ध मानसिक क्षमता वाले व्यक्ति का अध्ययन किया था, जो ऊर्जाओं को प्रभावित कर सकता था और ऐसा करके वह चुंबकीय क्षेत्र में दिशा सूचक की दिशा बदल सकता था और यहां तक कि अपने मन की शक्ति से वस्तुओं को भी हिला सकता था, जिसे टेलीकिनेसिस

कहा जाता है। इन स्पष्ट रूप से उन्नत मानसिक क्षमताओं के बावजूद, एडगर ने पाया कि इस व्यक्ति का चरित्र और व्यक्तित्व उच्च स्तर की आध्यात्मिक जागरूकता के अनुरूप बिल्कुल नहीं था। उन्होंने ही सबसे पहले मुझे यह बताया था कि मानसिक क्षमताएं और आध्यात्मिक विकास आपस में जुड़े हुए नहीं हैं।
मेरा मानना है कि कुछ लोगों की मानसिक क्षमताएं आध्यात्मिक प्रगति के साथ-साथ बढ़ती जाती हैं, जैसे-जैसे वे अधिक जागरूक होते जाते हैं। यह एक अनिवार्य कदम नहीं बल्कि एक आकस्मिक उपलब्धि है। किसी की मानसिक क्षमताओं में वृद्धि होने मात्र से अहंकार नहीं बढ़ना चाहिए। लक्ष्य प्रेम और करुणा, अच्छाई और दान के बारे में सीखना है, न कि एक प्रसिद्ध मानसिक विशेषज्ञ बनना।

यदि चिकित्सक चाहें तो अपने रोगियों के साथ काम करते समय वे भी अत्यधिक मानसिक रूप से संवेदनशील हो सकते हैं। कभी-कभी मुझे अपने सामने आरामदेह कुर्सी पर बैठे रोगी से संबंधित मानसिक आभास, सहज ज्ञान या शारीरिक आभास भी प्राप्त हो जाते हैं।
कुछ साल पहले मैंने एक बेहद निराश युवा यहूदी महिला का इलाज किया था। वह खुद को अलग-थलग महसूस कर रही थी, मानो वह किसी गलत परिवार में हो। उससे बात करते समय मेरी दोनों हथेलियों के बीचोंबीच तेज दर्द होने लगा, और मुझे समझ नहीं आ रहा था कि ऐसा क्यों हो रहा है। मैंने अपनी चमड़े की कुर्सी के आर्मरेस्ट को देखा। चमड़े में कोई दरार नहीं थी, कोई नुकीला किनारा नहीं था, इस तरह के दर्द का कोई कारण नहीं था। फिर भी दर्द बढ़ता जा रहा था और चुभन व जलन होने लगी थी। मैंने अपने हाथों को देखा, और

मुझे कोई निशान या खरोंच नहीं दिखी, कोई कट नहीं था, इस दर्द का कोई कारण नहीं दिख रहा था।
तभी अचानक मेरे मन में एक विचार आया: यह तो सूली पर चढ़ाए जाने जैसा है। मैंने उससे पूछने का फैसला किया कि इसका क्या मतलब है। “तुम्हारे लिए सूली पर चढ़ाए जाने का क्या अर्थ है? क्या तुम्हारा यीशु से कोई संबंध है?” वह बस मेरी ओर देखती रही, उसका चेहरा पीला पड़ गया। वह आठ साल की उम्र से ही छुपकर चर्च जाती रही थी। उसने अपने माता-पिता को कभी भी इस बात का ज़िक्र नहीं किया था कि वह वास्तव में कैथोलिक है।
मेरे हाथों में हुई इस अनुभूति और हमारे बीच बने इस जुड़ाव ने मेरी मरीज़ को उसके जीवन की उलझनों से बाहर निकलने में मदद की और उसे यह एहसास दिलाया कि वह पागल नहीं है, वह विचित्र नहीं है, बल्कि उसकी भावनाओं का वास्तविकता में आधार है। अंततः, वह समझने लगी और ठीक होने लगी। आखिरकार, हमें उसके एक शक्तिशाली पिछले जीवन का पता चला जो उसने दो हज़ार साल पहले फ़िलिस्तीन में जिया था।

हम सब में मानसिक शक्तियां हैं, और हम सब गुरु हैं। हम बस भूल गए हैं।
एक मरीज ने मुझसे भारत के महान संत साईं बाबा के बारे में पूछा। क्या वे अवतार हैं, ईश्वर का अवतार हैं, या ईश्वर का साक्षात रूप में पृथ्वी पर अवतरित होना हैं?
मैंने जवाब दिया, "मुझे नहीं पता, लेकिन किसी न किसी रूप में, क्या हम सभी ऐसे नहीं हैं?"
हम सब ईश्वर हैं। ईश्वर हमारे भीतर विद्यमान है। हमें मानसिक क्षमताओं से विचलित नहीं होना चाहिए, क्योंकि ये तो केवल मार्ग

के संकेत मात्र हैं। हमें अपने दिव्य स्वरूप और प्रेम को अच्छे कर्मों और सेवा के द्वारा प्रकट करना चाहिए।
शायद किसी को भी एक या दो महीने से अधिक समय तक किसी और का गुरु नहीं बनना चाहिए। भारत की बार-बार यात्रा करना आवश्यक नहीं है क्योंकि असली यात्रा तो भीतर ही निहित है।
अपने स्वयं के अलौकिक अनुभवों का होना, दैवीय अनुभूति की ओर अग्रसर होना, और यह समझना कि जीवन केवल दिखने वाली चीजों से कहीं अधिक है, इसके कई विशिष्ट लाभ हैं। अक्सर, जब तक आप इसे अनुभव नहीं करते, तब तक आप इस पर विश्वास नहीं करते।
हमारा मार्ग अंतर्मुखी है। यही मार्ग अधिक कठिन है, यही यात्रा अधिक पीड़ादायक है। हम अपने सीखने के लिए स्वयं जिम्मेदार हैं।
इस जिम्मेदारी को किसी और पर, किसी गुरु पर नहीं थोपा जा सकता।
परमेश्वर का राज्य तुम्हारे भीतर है।

□□□□□□□□

□□□□ □□□□ □□□□ □□ □□ □□□ □□ □□□□□□ □□□ □□□□ □□ □□□□□ □□□ □□□□ □ □□□□ □□□, □□ □□□□ □□□□□□ □□ □□ □□□ □□□□□ □□□ □□□ □□□□ □□□□□□ □□□□

□□□□ □□□-□□□ □□ □□□□□□□□ □□ □□□□□□ □□ □□□ □□□□□ □□□□ □□□ □□ □□□□ □□□□□□□ □□□□ □□□□□ □□ □□ □□ □□□□□□□□ □□□ □□□□ □□□, □□□□ □□□□□□ □□□□ □□□□□□□ □□ □□□-□□□ □□□□□□□ □□□ □□ □□□□□□ □□ □□ □□□□ □□□□□□□□ □□□□ □□□□□□ □□□□ □□□□□ □□ □□□□□□ □□□□ □□, □□□□□ □□□□ □□□□ □□□ □□□ □□ □□□ □□□□ □□□□□ □□ □□□ □□□□□□ □□ □□□□ □□□□□ □□□□□ □□□□ □□□□□□□□ □□ □□□□ □□□□ □□□□ □□□□ □□□

"□□ □□□□ □□ □□□ □□□□ □□□□-□□□□ □□□□□□□□," □□□□□□□□□ □□ □□□ □□ □□□ □□□□□ "□□ □□□□ □□□ □□□, □□ □□□□ □□□□ □□□□ □□□□□ □□□□ □□□□ □□□"

□□□□ □□□□ □□□□ □□ □□ □□□□ □□□ □□□□ □□□ □□□□□□□ □□□ □□□□□□□ □□□□ □□□□□ □□□□□ □□□□ □□□□□□□ □□□□□, □□□□□ □□ □□□□ □□□ □□ □□□□ □□ □□□ □□□□□ □□□ □□ □□□□□ □□ □□□ □□□

□□ □□□□□ □□ □□□□□□□□ □□□ □□ □□□□ □□□□ □□□□ □□, □□ □□ □□□ □□□□□□ □□ □□□ □□ □□□□ □□□

***** □□□□□□ *****

sjeet

डॉ. वेइस मियामी, फ्लोरिडा में अपना निजी क्लिनिक चलाते हैं, जहाँ वे
उन्होंने अपने कार्यालयों का विस्तार किया और उसमें सुप्रशिक्षित और उच्च अनुभवी कर्मचारियों को शामिल किया। मनोवैज्ञानिक और सामाजिक कार्यकर्ता जो अपने उपचार में प्रतिगमन चिकित्सा का भी उपयोग करते हैं
इसके अतिरिक्त, डॉ. वेइस सेमिनार और अनुभवात्मक कार्यशालाओं का आयोजन करते हैं।
राष्ट्रीय और अंतरराष्ट्रीय स्तर पर, साथ ही पेशेवरों के लिए प्रशिक्षण कार्यक्रम।
उन्होंने ऑडियोटेपों की एक श्रृंखला रिकॉर्ड की है जिसमें वे आपको खोजने में मदद करते हैं और
ध्यान, उपचार, गहन विश्राम, प्रतिगमन और अन्य तकनीकों को सीखें दृश्य-निर्माण अभ्यास।

अधिक जानकारी के लिए संपर्क करें:

वीस संस्थान
6701 सनसेट ड्राइव, सुइट 201
मियामी, फ्लोरिडा 33143
फ़ोन: (305) 661-6610
फैक्स: (305)661-5311

~*~